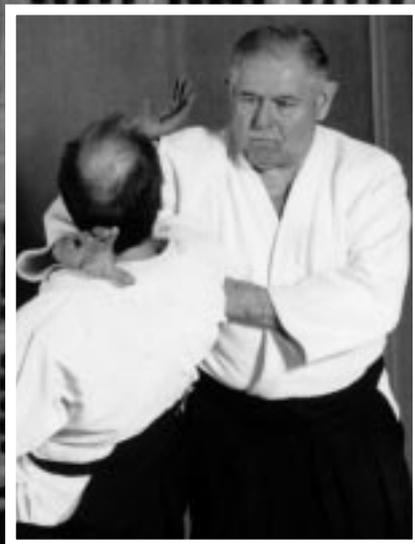


A i k i D O

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AIKIDO AIKIBUDO ET AFFINITAIRES

m a g a z i n e



**ENTRETIEN AVEC
SILVA TSCHARNER**

**LE TOUCHER LIBÉRATEUR
DE PHILIPPE GOUTTARD**

**RENCONTRE AVEC
LOUIS CLÉRIOT**

TOUS LES STAGES DE L'ÉTÉ



UN BRAVE PETIT SOLDAT

de curieux évènements dans notre société désemparée, ou simplement changeante, ont conduit nos concitoyens et surtout les plus jeunes à s'exprimer à nouveau en termes politiques.

Et comme les termes de ce débat sont l'autorité et la sécurité, l'affirmation et la peur, ils sont en résonance avec tout ce qui constitue les arts martiaux. Par exemple le succès toujours réédité des films où la justice revient par celui qui, grâce à son art, peut mettre fin à une situation tyrannique rappelle le fond légendaire de toutes les disciplines, en même temps qu'elles ont toujours trouvé un vivier d'experts leur assurant continuité au sein des forces de l'ordre.

Expression collective et individuelle, aspiration de contrôle et de libération, les deux éléments ne peuvent être ici contradictoires.

Mais si dans la plupart des arts martiaux ces deux éléments se conjuguent en devant s'équilibrer, l'Aïkido a la particularité d'obliger à aller plus loin. Pas seulement par son moteur esthétique mais par le fait qu'il oblige impérativement et à tous les stades à une joie qu'avec pudeur nos professeurs évoquent sous le terme d'harmonie.

C'est la joie du geste juste, non pas naturel mais redécouvert après un apprentissage que l'on parvient à oublier, et par lequel tout se mêle enfin. Ce geste juste englobe tout, ne rejette rien, pas plus l'agressivité que le reste mais en dispose sans vraiment avoir besoin d'y commander.

C'est surtout ce plaisir qui fait que nous pouvons toute notre vie durant être attachés à notre pratique et liés à celle des autres.

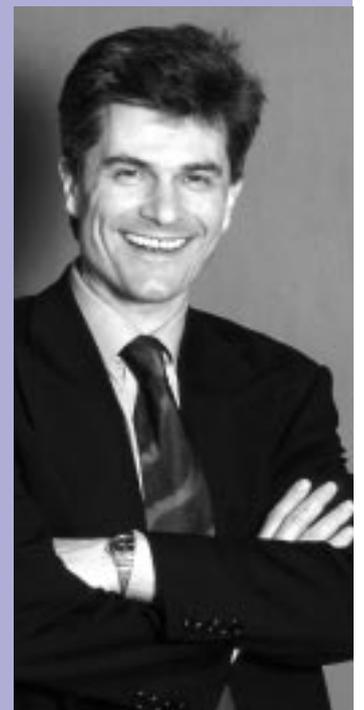
Mais il me semble opportun de rappeler que cette joie est aussi composée d'un rire, fût-il muet, qui remet tout le monde à sa place.

Et si j'ai parlé de politique c'est pour dire que dans cet art de défense je pense souvent au soldat Chveik poussant l'application des ordres qu'il subit, sans jamais s'y opposer, jusqu'au degré où ils deviennent une gêne extrême pour celui qui a voulu imposer sa force.

C'est de la même façon qui doit rester malicieuse que nous apprenons en Aïkido que la sécurité ne s'obtient qu'en rendant la violence absurde.

Une dernière précision toutefois utile aux ambitieux : l'inénarrable Chveik n'est jamais devenu Général ni même Caporal.

Maxime Delhomme
Président de la FFAAA



En Europe comme dans toute la France, de nombreux stages d'été ouverts à tous les pratiquants, souvent accompagnés d'activités de plein air, sont proposés par la fédération et par vos maîtres préférés en des lieux de villégiature bien particulièrement bien inspirés.

STAGES FÉDÉRAUX

◆Antibes

stage national de préparation aux Brevets d'État d'Éducateur sportif 1er et 2e degrés, dirigé par Paul Muller 6e dan, Gilles Rettel et Gilbert Maillot 4e dan du 3 au 7 juillet. Stage gratuit, pris en charge par la fédération. Hébergement et pension à la charge des participants soit 153€ les 5 jours. FFAAA, 11 rue J. Vallès 75011 Paris. Tèl: 0143482222 Email: ffaaa@aikido.com.fr

◆Dinard

stage national enseignants et futurs enseignants dirigé par Franck Noël 6e dan et Bernard Palmier 6e dan, du 26 au 30 août. FFAAA, 11 rue J. Vallès 75011 Paris. Tèl: 0143482222 Email: ffaaa@aikido.com.fr

STAGES DES TECHNICIENS

◆Le temple sur Lot

stage adultes et enfants dirigé par J.M. Mérit, 5ème dan, DTR Poitou-Charentes du 12 au 17 août. Renseignements au 0553405050 et Fax: 0553405051.

◆Gujan-Mestras

stage dirigé par J.M. Mérit, 5ème dan DTR poitou-Charentes, du 7 au 12 juillet. Renseignements au 0546963161.

◆Lons le Saunier

stage dirigé par Michel Erb, 4ème dan DE, du 23 au 25 août au dojo de la piscine.

◆Saint Pierre d'Oléron

stage dirigé par Franck Noël, 6ème dan, du 15 au 27 juillet. Renseignements au 0563335170. Email: franck.noel@wanadoo.fr.

◆Estavar

stage dirigé par Franck Noël, 6ème dan, du 10 au 17 août.

Salle polyvalente d'Estavar.

Renseignements au 0468731334.

◆Autrans

stage dirigé par Bernard Palmier, 6ème dan, du 20 au 27 juillet. Venir avec Ken, Jo et Tanto. Dojo Centre JMP "Le Cochet" Renseignements au 0476953055.

◆Biscarosse

stage d'été dirigé par Alain Verdier, 5ème dan, du 3 au 8 août. Dojo stade Ducom. Prévoir tanto, jo et bokken. Renseignements au 0556120794 ou 0556070737 et 0558787121.

◆La Plaine Tonigue

stage dirigé par Patrick Bénézi, 6ème dan, du 14 au 26 juillet à Montrevel. Renseignements au 0148086442 et 0611401931. Email: patrick.benezi@noos.fr

◆Le Vigan

stage international dirigé par Saotome sensei, du 17 au 25 août. Apporter jo, bokken, shoto bokken, tanto. Renseignements au 0299688248 ou 0687428828. Email: aikido-harmonie@wanadoo.fr

◆Porto Vecchio

stage dirigé par Christian Mouza, 4ème dan, du 22 au 27 juillet. Dojo Ste Lucie de Porto-Vecchio. Apporter jo et ken. Hébergements au 0608162488. Email: cmouza@club-internet.fr

◆Andernos les bains

stage dirigé par Philippe Léon, 5ème dan, du 13 au 18 juillet. Dojo du Diapason. Renseignements au 0611149091.

◆Paris Vincennes

stage dirigé par Christian Tissier Shihan, du 3 au 7 juillet. Cercle Tissier, 108 rue de Fontenay, Vincennes. Renseignements au 0143282990 et 0494816157.

◆Evian

stage dirigé par Gilbert Maillot, 4ème dan, du 4 au 10 août. Renseignements au 0615200696 Email: aikimaillot@free.fr

◆Saint Flour

stage dirigé par Gilbert Maillot, 4ème dan, du 11 au 16 août. Renseignements au 0683304922 Email: aikimaillot@free.fr

◆Fréjus

stage dirigé par Alain Guerrier, 6ème dan, du 20 au 23 juillet. Rens. au : 0494531400.

◆Annecy

stage dirigé par Alain Tendron, 4ème dan, du 27 au 30 juillet. Judo Club d'Annecy. Rens au : 0450462715.

◆Soulac sur mer

stage dirigé par Christian Tissier Shihan, du 28 juillet au 2 août et du 4 au 9 août. Renseignements au 0143282990 et 0494816157.

◆Antibes

stage dirigé par Paul Muller, 6ème dan, du 19 au 25 août. Renseignements au 0388840134 ou 0686570166.

◆Wattens en Autriche

stage dirigé par Paul Muller, 6ème dan, du 10 au 16 août. Renseignements au 0512/560928. Email: csab3415@uibk.ac.at

◆Dublin en Irlande

stage dirigé par Philippe Gouttard 5ème dan, du 16 au 18 août. 6ème dan, du 19 au 25 août. Renseignements auprès de Cyril Lagrasta au 00353(1)8749595. Email: info@dublainaikido.com

◆Chateau de Wegimont en Belgique

stage dirigé par Christian Tissier Shihan du 10 au 18 août. Renseignements aux Fax : 003243772507 ou 003242648782 et 003287316485.

◆Berlin

stage d'été dirigé par Michel Erb, 4ème dan, du 15 au 20 juillet. Renseignements au 0389077203.

Les enseignements du Fondateur de l'Aïkido n'ont pas fait l'objet de nombreux écrits de sa propre main. C'est principalement dans la période de l'avant guerre que Morihei Ueshiba a écrit les textes fondateurs de son art, encore appelé Aïki-budo. On peut ressentir dans ses premiers textes un ton guerrier qui va laisser place à une voie plus pacifique dans les années qui suivront. Voici comment il décrivait, concernant la technique, le fond de son art.

L'ESSENCE DE LA TECHNIQUE



Le principe de l'unification de l'esprit et du corps

L'approche de "l'autre" peut être considérée comme une occasion de tester la sincérité de notre entraînement mental et physique, de voir si nous sommes capables d'une réponse effective, en accord avec la loi divine. Quand le fil mortel de son sabre nous ouvre le royaume où il faut choisir entre la Vie et la Mort, il nous faut être fermement établis dans notre esprit et dans notre corps, pour ne sentir aucune crainte. Sans lui offrir la moindre ouverture, contrôler son esprit dans l'instant et déplacez-vous comme vous l'entendez : tout droit, en biais ou dans n'importe quelle direction appropriée. Engouffrez-vous profondément, mentalement et physiquement, transformez votre corps tout entier en une véritable lame et balayez l'ennemi. Ceci est le yamato-damashi, le principe

qui se cache derrière le sabre divin et qui constitue l'âme du peuple japonais.

Par essence, le sabre est l'âme du guerrier, une manifestation de la véritable nature de l'univers. Ainsi quand vous dégainez le sabre, c'est votre âme que vous tenez dans vos mains. Sachez-le, deux guerriers qui se font face en brandissant leur sabre, sont comme des flambeaux, ils entrent ensemble, corps et esprit mêlés, dans un monde qu'il faut débarrasser du mensonge et du mal. Celui qui vient pour s'opposer à lui sur le Grand Chemin de la maîtrise du sabre permet au guerrier que la divinité inspire, de faire agir les Principes Universels. Il favorise l'harmonisation de tous les éléments du ciel et de la terre, du corps et de l'esprit, éternelles splendeurs.

Les maîtres du passé qui avaient perçu le budo véritable, fondèrent leur pratique sur un idéal d'humanité, d'amour et de sincérité. Le cœur de ce budo est fait de sincérité : sincérité

dans le courage, sincérité dans la sagesse, sincérité dans l'amour, sincérité dans l'harmonie avec l'autre. Ce cœur avec ses quatre aspirations spirituelles doit être amené dans le sabre modeste d'un simple entraînement assidu. Trempez longuement l'esprit et le corps et permettez ainsi à l'éclat du sabre transformé de pénétrer entièrement tout votre être.

Aujourd'hui, les sports sont largement pratiqués et sont excellents pour la forme physique. Les guerriers, eux aussi, entraînent leur corps, mais ils utilisent cet entraînement de leur corps pour affermir leurs facultés mentales, trouver la paix intérieure et découvrir ce qui est bon et ce qui est beau, toutes dimensions que le sport n'envisage pas. L'entraînement dans le budo éveille le sens du courage, de la sincérité, de la fidélité, du beau et du bon, aussi bien qu'il permet au corps de devenir fort et sain.

L'ampleur de la Voie nous dépasse. Des temps anciens jusqu'à nos jours, même les plus sages furent incapables de percevoir et de posséder l'entière vérité ; les explications, les enseignements des Maîtres et des Sages n'expriment seulement qu'une partie du tout. Il est impossible, à qui que ce soit, d'aborder un pareil sujet dans toute sa dimension. Il ne reste qu'à tourner son visage vers la lumière et la chaleur, tâchez d'apprendre des Dieux et parvenir enfin à se lier au divin, par une pratique constante, absolue, et l'exercice sincère de la vertu. C'est sur le fil aiguisé que vous pouvez trouver l'Eveil.

Méthodes d'entraînement

La meilleure des stratégies c'est de pouvoir bénéficier pour chaque cas d'un nombre illimité de réponses. Suivez la Voie Impériale : habituez-vous à combattre seul la multitude et seul, vous vous ouvrirez le che-



min de dix mille principes essentiels ; forgez dix mille sabres alors, prenez le contrôle, atteignez l'absolu. Gardez toujours l'esprit aussi lumineux et clair que le ciel immense, le grand océan, les montagnes les plus hautes, vides de toute pensée.

Irimi

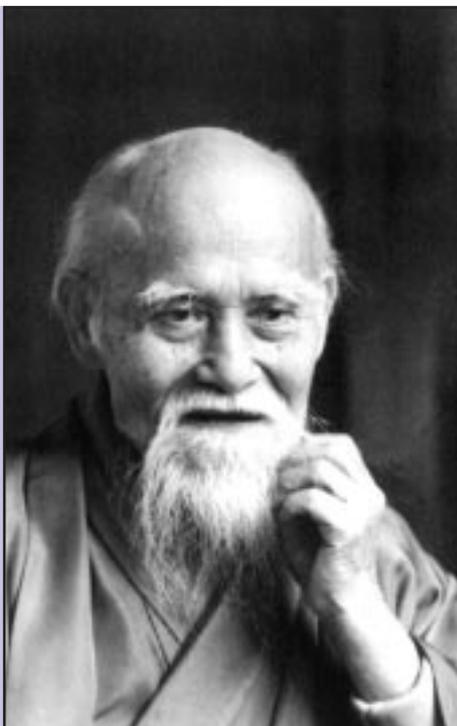
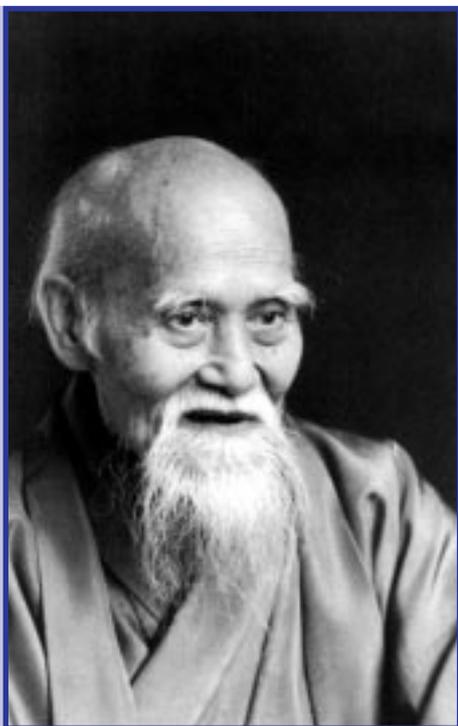
Si vous avez le pied gauche en avant lorsque le sabre de votre adversaire s'abat, appliquez le principe du kokyu pour vous déplacer vers son flanc droit sans heurt ; soyez toujours prêt à frapper un autre adversaire éventuel du bras droit pour le déséquilibrer sur l'arrière. Avancez alors largement votre pied gauche jusque derrière lui tout en conservant votre pied solidement ancré au sol et dans le même temps frappez son dos avec le tranchant de la main gauche, puis avancez le pied

droit au-delà de sa position d'équilibre sans modifier votre posture et projetez-le sur le dos avec les deux mains. Lorsque c'est votre pied droit qui est avancé au départ de l'action, l'enchaînement sera inversé et vous devez entrer vers la gauche de votre adversaire.

Tai-no-henka vers la gauche et la droite

Selon les circonstances, il faut parfois faire évoluer ce mouvement de base. Entrez de côté de la façon décrite ci-dessus mais pivotez alors sur le pied avancé aussi vite que la foudre. Lancez la jambe arrière circulairement vers la droite (dans le cas où le pied gauche est avancé). Ecartez-vous d'un pas vers la gauche et projetez ainsi tous les adversaires qui se présentent face à vous, derrière vous, sur votre gauche ou sur votre droite. Quelque soit la direction

«Les maîtres du passé qui avaient perçu le budo véritable, fondèrent leur pratique sur un idéal d'humanité, d'amour et de sincérité. Le cœur de ce budo est fait de sincérité : sincérité dans le courage, sincérité dans la sagesse, sincérité dans l'amour, sincérité dans l'harmonie avec l'autre.»



Morihei Ueshiba aimait aller à la rencontre des pratiquants pour évoquer les grands principes de son art.

«L'ampleur de la voie nous dépasse, elle qui reflète tous les grands secrets du visible et de l'invisible. Un guerrier est un autel vivant élevé vers le divin, qui ne peut se dédier qu'à son but ultime.»

vers laquelle vous vous déplacez, ne modifiez pas votre posture pendant la rotation. Le mouvement doit figurer un cercle de 360° autour d'un centre fixe.

Irimi-tenkan

Faites face à votre adversaire et entrez de la même façon que pour faire irimi ; une fois que vous êtes parvenu à vous placer sur son côté et à le contrôler, appliquez le principe du déplacement avec la plus grande souplesse pour obtenir son déséquilibre : pivotez sur votre pied avancé et tournez librement dans la direction appropriée. Projetez de même tous les assaillants qui vous entourent.

La Voie Impériale oblige à des combats constants. Entraînez-vous à mobiliser le flux puissant d'un ki guerrier, donnez à votre déplacement l'énergie d'un trait de lumière. Pour les techniques elles-mêmes en effet, il est dit depuis toujours qu'elles doivent voler comme la lumière, frapper comme le tonnerre. Et s'il est toujours possible d'apprécier tout cela avec les yeux, au-delà il

vous sera nécessaire de vous entraîner sans concession, d'aller sincèrement vers le divin, et de maîtriser ces principes qui, eux, sont cachés à tout regard : le jeu universel de l'eau et du feu.

Techniques de mains

Les mains, les pieds, les hanches doivent être centrés et fonctionner comme un seul élément. En premier lieu, et afin de protéger votre esprit et votre corps, il est primordial de guider les autres, de les diriger avec vos mains. Vous devez apprendre à amener votre assaillant dans une direction donnée jusqu'à la chute. Quand un opposant veut vous tirer à lui, vous devez avoir appris à anticiper et à diriger une telle traction. Lorsque vous réussissez un bon entraînement en bujutsu, c'est que vous sentez immédiatement que votre adversaire manque d'à propos et que vous êtes capable de répondre à cela ; c'est-à-dire que vous arrivez à percevoir les opportunités, ce qui manque, et

à appliquer alors la technique appropriée. Percevoir la faiblesse d'un adversaire de cette façon fait aussi partie du budo. Mais le budo authentique ne se propose pas simplement de détruire l'opposition. Il est infiniment plus juste de défaire l'esprit de l'ennemi (en lui faisant comprendre la folie de ses actes) pour qu'il abandonne volontairement ses attaques, et qu'il les abandonne avec plaisir. Le vrai budo veut établir l'Harmonie. Le mental et le corps sont les formes de l'eau et du feu, réalisées dans ce monde. L'ensemble une fois unifié dans une démarche vers l'esprit, il faut alors continuellement s'entraîner aux techniques d'harmonisation. Si l'adversaire saisit votre poignet, reculez la jambe gauche, dirigez-le dans cette direction, tenez son bras tout en le frappant à la face et faites-le tomber.

Tous les bujutsu du Japon révèlent les enseignements du ciel et de la terre.

Apprenez la dimension exacte (de la vérité), refusez d'avancer dans la voie du faux-semblant et du mensonge, ne bafouez pas la responsabilité sacrée que vous recevez des Dieux : chaque homme est un univers en miniature.

L'ampleur de la voie nous dépasse, elle qui reflète tous les grands secrets du visible et de l'invisible. Un guerrier est un autel vivant élevé vers le divin, qui ne peut se dédier qu'à son but ultime. Imaginez-vous toujours comme sur un champ de bataille sous un déluge de feu ; ne perdez jamais cette sensation, cruciale pour la qualité de votre entraînement. Purifiez-vous entièrement pour créer un monde sans tache, un monde immaculé.

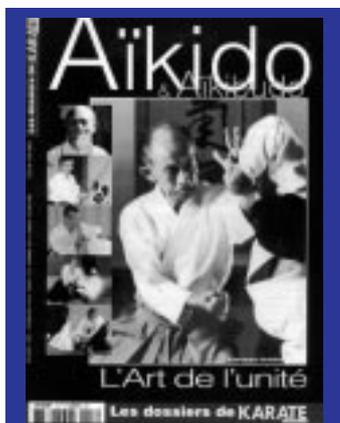
Morihei Ueshiba

À lire :

BUDO

Morihei Ueshiba

Budo Éditions



EN KIOSQUE :
Le dernier Hors Série Aïkido-Aïkibudo est disponible. De nombreux articles, des entretiens avec des maîtres de référence.

MES CHOIX POUR L'ÉTUDE DU KEN
Par Christian Tissier

Dans cette K7 vous découvrirez les frappes de base du Bokken. Plus de 40 techniques d'Aïkiken. Une présentation détaillée des Kihon-dachi. Les 5 katas de bases du Ken-jutsu de l'école Kashima-shin ryu. VHS, couleur durée 65 mm. 38,11€ - fax:0494816451.

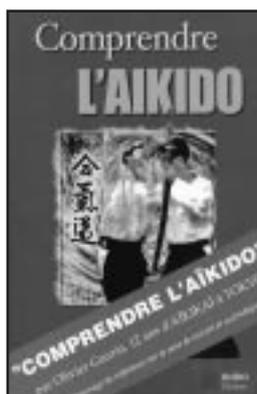


COMPRENDRE L'AÏKIDO
Par Olivier Gaurin

Qu'est-ce que l'Aïkido ? Pourquoi l'Aïkido ? L'auteur qui a passé 12 années à l'Aïkikai fait part de son expérience. Ni ouvrage purement technique, ni non plus livre mystique ou purement philosophique, ce livre contient à foison des réponses aux doutes, à tant

de questions que se posent les pratiquants occidentaux. Sa richesse est le reflet d'une expérience humble, mais ouverte et sincère.

22,95€ - Budo Éditions.



"AÏKIDO, LA RÉFÉRENCE DES MOUVEMENTS DE BASE".

Dans cette K7 réalisée lors de ses séjours au Japon par Alain Guerrier 6e dan de l'Aïkikai, vous pourrez voir O senseï Morihei Ueshiba montrant des techniques de base avec ses uchi-dechi de l'époque, T. Abé, K. Tohei, K. Ueshiba entre autres, mais également les plus grands maîtres de l'Aïkikai, K. Osawa, S. Yamagushi, M. Saotome, M. Hikitsuchi etc., dans leurs démonstrations respectives. L'intention du réalisateur est de créer une référence didactique, en montrant les mouvements par O senseï puis tels qu'ils sont enseignés par ses élèves directs.

VHS, PAL, durée 35 mm. 38 €. - Fax : 0494531400

CRÉATION PAR L'AÏKIKAI D'UN DIPLÔME DE SHIHAN CHRISTIAN TISSIER SHIHAN

Le terme senseï, qui en japonais veut dire le professeur, est utilisé comme une marque de respect vis-à-vis de celui qui enseigne, pas seulement dans les Arts Martiaux mais également dans beaucoup de situations de la vie courante. Ainsi au Japon un instituteur sera senseï, de même qu'un professeur de musique, un médecin ou encore une personnalité.



Shihan, en revanche, est une distinction. C'est le grade d'instructeur le plus élevé dans le domaine des Arts Martiaux. Son sens étymologique est : modèle. Jusqu'à maintenant en Aïkido et certainement en raison du petit nombre de hauts grades, l'attribution de cette qualification n'était pas claire. On appelait Shihan, en général, les experts de l'Aïkikai ainsi que les anciens Uchi-dechi résidents à l'étranger. À la suite d'une polémique qui avait fait s'interroger dans *Aïkido Today Magazine*, les plus éminents senseï résidents aux États-unis qui reconnaissaient unanimement que cette distinction était floue, l'Aïkikai de Tokyo a décidé de créer un diplôme de Shihan directement décerné et sous son contrôle par le Dôshu. Ce diplôme créé en décembre dernier a été décerné à seulement sept senseï non-japonais dans le monde entier dont Christian Tissier, le seul français.

La distinction de Shihan a été officiellement attribué à :

- Christian Tissier 7e dan (FFAAA), 52 ans, de 1968 à 1976 au Japon.
- Jan Hermansson 6e dan (Swedish Budo Federarion Aikido Section), 60 ans, 1965 à 1979 au Japon.
- Robert Nadeau 7e dan (California Aikido Association), 65 ans, débute en 1960, année 1962 au Japon.
- William Witt (Takemusu Aikido Association USA), 65 ans, de 1960 à 1970 au Japon.
- Kenneth E. Cottier 6e dan (British Aikido association), 68 ans, membre du Conseil Supérieur de l'Aïkido F.I.A., de 1967 à 1970 au Japon.
- Franck Doran 7e dan (California Aikido Association), 69 ans, débute en 1958, année 1962 au Japon.
- Paul C.N. Lee 7e dan (Republic of China Aikido Association), 81 ans, année 1965 au japon.

LE TOUCHER LIBÉRATEUR

Plus de vingt séjours au Japon, une expérience exceptionnelle auprès des plus grands maîtres, une sensibilité très réactive, font de Philippe Gouttard, 5ème dan, l'un des techniciens les plus recherchés pour ce regard très personnel qu'il porte sur la pratique de cet Aïkido qu'il vit comme un véritable art de communication.

Depuis près de trente ans l'Aïkido m'a permis d'évoluer et d'avancer dans la vie. Au commencement, je considérais la pratique comme un besoin corporel, physique, étant habitué à une pratique de sports collectifs. Je ne me sentais pas prêt à répondre aux besoins d'une pratique individuelle mettant le corps dans des situations qui le faisaient terriblement souffrir. La position seiza, les chutes, les immobilisations. Après plusieurs années de difficultés et blessures, le corps a pris l'habitude de répondre aux diffé-

rentes sollicitations et pris même du plaisir à bouger avec un partenaire. Au cours de ce parcours j'ai rencontré bien des professeurs qui ont su me façonner et avec leur aide je suis parvenu à la situation qui est la mienne actuellement. Je dois remercier ici tous les professeurs qui m'ont aidé, avec une attention toute particulière pour Christian Tissier qui m'a conseillé dans ma recherche d'une vision nouvelle de la pratique et qui m'a permis de partir au Japon et comprendre cet Aïkido nouveau pour moi. Cependant, il m'est très vite

apparu que pour comprendre un professeur et l'apprécier il fallait en rencontrer bien d'autres. J'avais choisi de suivre Christian Tissier, il me paraissait important que ma pratique s'enrichisse aussi au contact d'autres maîtres. Ne résidant pas à Paris, j'ai dû apprendre à mémoriser ce que je voyais au cours des différents stages.

fort physiquement

Ce fut une chance, car cela m'a aidé à travailler la mémoire pour reproduire au contact de partenaires neufs ce que j'avais vu lors des différents stages. Au

cours de différents séjours au Japon j'ai pu enrichir cette pratique et continuer d'apprendre avant de revenir et mettre en forme cette somme de données que j'avais pu engranger. Pouvoir garder en soi l'image la plus belle des professeurs, essayer de la communiquer en la déformant le moins possible. Mais il m'est vite apparu que le seul côté sportif de ma pratique était vite limité. Il y eut longtemps en moi un conflit pour savoir quel était le plus important : dominer un partenaire ou apprendre de lui. Pendant longtemps seule la pensée d'être très fort physiquement me satisfaisait, puis corrigé physiquement et verbalement par différents professeurs, une nouvelle image de l'Aïkido m'apparut : comment faire pour que le partenaire prenne de moi mes qualités et surtout comment faire pour que lui me transmette les siennes ? À partir de ce moment là, tout ce que j'estimais négatif dans l'Aïkido, je le rejetais, tout ce que j'estimais positif j'essayais de le faire passer dans la pratique : ne pas parler au partenaire, ne pas communiquer verbalement, le laisser s'exprimer, lui laisser faire sa propre expérience. Le fait était : comment me battre contre moi-même, dans mes peurs, mes angoisses, mes frustrations ? Et non pas prouver à un partenaire que seul être le plus fort était le plus important. L'Aïkido devenait alors : comment apprendre à



être touché, comment toucher un partenaire, comment utiliser son propre corps pour communiquer avec un partenaire et comment laisser libre ce partenaire d'aller voir d'autres partenaires sans en ressentir de frustration ? L'Aïkido devenait un exercice d'apprentissage de la liberté. Respecter les choix et les directions de chacun. Je me rends compte maintenant le nombre important de partenaires que ma pratique a pu choquer, ennuyer, car en étant sourd à leur pratique, je croyais alors que dominer était la seule voie. À travers la saisie, nous apprenons à utiliser la paume de la main, à travers ce que l'on appelle atémi, nous apprenons le reste de la main. Un atémi pour moi, c'est comment toucher un partenaire, comment lui donner une information. Être "durement" touché par son partenaire, cela ne me semble pas grave. C'est être "mal touché" qui me gêne. De ressentir "la

colère" ou "l'inattention" de celui qui touche, voilà la vraie douleur. C'est la raison pour laquelle, sur les tatamis, tous ces atémis qui n'arrivent pas, ou quand ils arrivent, l'excuse qui s'en suit me gêne beaucoup. C'est je crois notre problème en Aïkido, nous le rêvons, nous n'osons pas aller jusqu'au bout de nos désirs.

découverte de l'autre

Sur le tatami, il y a conflit ; comment faire avec un inconnu, ou quelqu'un avec qui on aime pas travailler comme s'il était un ami, un partenaire avec qui on aime bien pratiquer. Tout le problème est là, sur le tapis on se complimente, en dehors on critique. Alors je crois que seule la pratique est importante, après, tout ce que l'on peut dire sonne faux, comme dans le quotidien de la vie finalement. Cette vie privée je pourrais parfois en avoir un peu honte, elle n'est pas forcément celle que j'avais

révée. Trop d'égarements et dans notre discipline, le privé et le professionnel s'entremêlent trop. Les "amis" des débuts se sont éloignés, d'autres sont apparus mais avec le temps, la relation amicale évolue vers une "relation professionnelle". Si j'aime beaucoup l'Aïkido, notamment par cette découverte possible de l'autre, comment va-t-il s'épanouir dans les efforts demandés ? Cela rejaille sur moi-même et ma pratique. Pour moi, la technique c'est être droit, droit physiquement et mentalement. Les moyens pour y arriver s'appellent Ikkyo, Shiho-nage, Kokkyu-nage etc. Mais ne nous trompons pas, ces techniques sont notre langage commun (d'où l'expression: technique de base = grammaire) sur lequel on greffe les sentiments que l'on a à ce moment précis et que l'on transmet à notre partenaire. Lorsqu'on projette un partenaire, on ne le projette pas que physiquement mais il prend aussi toutes les bonnes et mauvaises sensations qu'on y met. Encore une fois projeter fort, faire une immobilisation douloureuse, ce n'est pas trop grave si le sentiment que

«L'Aïkido devenait alors: comment apprendre à être touché, comment toucher un partenaire, comment utiliser son propre corps pour communiquer avec un partenaire et comment laisser libre ce partenaire d'aller voir d'autres partenaires sans en ressentir de frustration ?»



point de vue



«En effet, lorsqu'on est élève, le professeur est l'unique clef de la réussite. Lorsqu'on enseigne, la réponse vient le plus souvent des élèves, ils sont notre miroir, notre parfum, ils ont pris, ils ont amplifiés nos qualités mais aussi nos défauts.»

l'on y met est bon, c'est le contraire qui me gêne et qui détruit la pratique. Je ne connais pas un seul élève qui ait abandonné l'Aïkido pour un Kote-gaeshi mal fait mais plutôt pour cause de mauvaises sensations sur le tatami. Nous venons là au dojo pour devenir plus fort et nous pouvons très bien accepter cette souffrance si elle est justifiée. La question doit être sans cesse posée: pourquoi sommes-nous là? Pourquoi restons-nous sur le tatami après 20 ans d'efforts qui ne mènent nulle part si ce n'est à nous construire et comprendre un peu mieux la vie? Pour les élèves aussi cette sensation d'indépendance ou de liberté est très importante. Comment la leur faire passer? Faire en sorte qu'ils soient libres d'aller s'enrichir ailleurs. Pour ma part si je suis arrivé à mon niveau, c'est en suivant la voie qui me convenait mais avec le responsable de cette voie qui lui m'a laissé cette liberté d'aller m'ouvrir ailleurs. C'est cette sensation que j'ai envie de transmettre. Ne pas donner aux élèves cette idée d'indépendance, c'est la raison qui fait que je ne crois plus au dojo dans lequel seul un professeur enseigne, mais plutôt un dojo où l'enseignement est pluriel.





C'est au cours de l'évolution dans sa pratique que le choix de restreindre les enseignants se fait.

liberté et intelligence

Pour moi, d'aller enseigner dans plusieurs dojos, de le faire dans plusieurs langues, c'est le vrai Aïkido. Donner tout ce que l'on sait aux gens qui sont venus pour cela m'a donné cette richesse que je ne retrouve pas partout. L'Aïkido appartient à ceux qui le font mais également à ceux dont la pratique nous choque. Je ne suis pas sûr que si les maîtres hélas disparus revenaient, ils seraient d'accord avec la pratique telle que nous la faisons aujourd'hui. Mais lorsque l'on donne de la technique, on transmet également la liberté et l'intelligence et c'est pour cela que je trouve juste et normal que les élèves formés aient une pratique et un mode de réflexion à l'opposé de ce qu'on croyait leur avoir donné. Apprendre à donner la liberté dans le respect voilà ce que j'essaie de transmettre à ceux qui viennent me voir. C'est ce que

j'essaie de comprendre des gens qui me donnent leur temps et leur énergie.

L'Aïkido m'a appris la solitude, mais une solitude qui laisse la liberté : faire ou ne pas faire, dire ou ne pas dire. Cependant nous n'avons jamais la réponse. Dans la pratique j'ai toujours envie de dire oui tout de suite, que je peux regretter par la suite. Mais l'Aïkido m'a donné cela aussi : "attaquer" quelqu'un veut dire que l'on a confiance en lui, on ne projette personne, on accepte d'être projeté. Je crois qu'il nous faut changer de vocabulaire: prendre le centre, utiliser la force sont pour moi des concepts de domination et de frustration. C'est uké qui offre son corps, c'est uké qui accepte de chuter pour moi. Pour moi, après la pratique, uké et tori doivent avoir échangé leurs qualités et les rôles se sont inversés, le plus faible est devenu plus fort et le plus fort a compris le plus faible. Il nous faut réduire les différences entre nous. On saisit, on attaque un partenaire parce qu'il nous plaît, on le projette car on sait

qu'il reviendra. Il faut que l'on développe nos sens. La saisie se fait avec les yeux, les oreilles, le nez, c'est cela qui nous attire chez le partenaire et pour le saisir il me faut utiliser les genoux et les coudes, la main elle, va confirmer ou non la sensation que j'ai eue de mon partenaire à travers les yeux, les oreilles, le nez. Notre main a une connaissance de l'autre, elle est notre futur avec lui, nous, nous doutons sans arrêt. Dans la recherche aussi, les réponses pour moi, ne viennent plus toujours de l'autre. En effet, lorsqu'on est élève, le professeur est l'unique clef de la réussite. Lorsqu'on enseigne, la réponse vient le plus souvent des élèves, ils sont notre miroir, notre parfum, ils ont pris, ils ont amplifié nos qualités mais aussi nos défauts. C'est pourquoi il ne faut jamais préjuger d'un élève, mais le laisser libre, laisser la porte du dojo toujours ouverte pour qu'il parte si le besoin se fait sentir, mais surtout pour qu'il revienne et que l'on soit capable d'apprécier les progrès accomplis au contact d'autres professeurs. C'est cela que j'essaie de mettre et de recevoir dans ma pratique quotidienne.

Philippe Gouttard

L'échange, le partage en Aïkido passe par un contact fort et franc pour que s'établisse une relation sincère entre Uké et Tori.

unir l'esprit et l'action

La Pratique de l'harmonie, Silva Tscharner 3ème dan, Présidente de la ligue Languedoc-Roussillon, la vit quotidiennement au contact de ses élèves comme dans ses rapports environnementaux. Rencontre avec une inconditionnelle du partage et de l'échange.

L'AIKIDO REQUIERT UN ENGAGEMENT PERSONNEL EXIGEANT. COMMENT ARRIVEZ-VOUS À CONCILIER À LA FOIS VOTRE PROPRE PROGRESSION ET L'ENSEIGNEMENT DE L'AIKIDO ?

Après un premier temps de découverte, tout pratiquant d'Aïkido ou d'autres Arts martiaux, se rend compte que sans engagement il risque fort de passer à côté du véritable but de la pratique. Après avoir acquis une base technique plus ou moins complexe, nous nous forgeons une identité psychomotrice qui nous amène à pousser la porte d'une démarche globale ; développer notre capacité de maintenir l'équilibre et l'harmonie entre nous et notre environnement. Nous comprenons donc facilement que cette étude peut durer toute la vie... Alors peu importe si l'on enseigne ou l'on s'entraîne. En ce qui me concerne, il n'y a pas de séparation entre le fait d'enseigner et le fait d'étudier, c'est plutôt la forme de travail qui change. La progression se réalise en toutes circonstances, si on est capable d'enregistrer un résultat on progresse. Si on se considère étudiant de sa vie, on progresse chaque matin en se réveillant !

COMMENT S'ORGANISE VOTRE ENSEIGNEMENT ?

Habitant à la campagne, les che-





mins qui mènent au dojo sont quelquefois longs et sinueux, Il m'est arrivé de me retrouver sans enseignant à proximité et pour pratiquer régulièrement j'ai dû au début remplacer l'enseignant. La richesse de cette expérience m'a conduite à l'école des cadres pour passer le monitorat et le brevet d'état... Les nombreux échanges avec des enseignants confirmés et des examinateurs compétents m'ont motivé pour poursuivre une tâche pas toujours facile ! Ensuite c'est le retour des élèves qui prend le relais ; en pouvant pratiquer les deux rôles, le partage est réciproque, une sorte d'union...

L'enseignement est un engagement plus profond dans la pratique, on ne manque plus le cours pour un dîner entre amis ou un retard quelconque. Nombreux sont les enseignants qui parcourent les routes, imposant à leurs proches une vie de famille irrégulière avec des horaires en décalage avec le monde du travail classique. La vie du sensei reste un combat entre le don de soi et sa sauvegarde.

En commençant par l'assistantnat dans un cours jeune au club qui m'a fait découvrir l'Aikido, ma première motivation fut de pratiquer d'avantage. J'ai découvert le sens du Reishiki, en langage jeune "les règles du jeu", et

j'ai compris qu'il contenait des éléments fondamentaux pour enseigner dans un esprit éducatif ! Fidèle à ce concept, j'enseigne encore d'avantage aux jeunes : une journée par semaine, un cours adulte, et un cours jeune précédent mon entraînement hebdomadaire. À l'occasion j'enseigne sur demande entre amis enseignants !

QUEL EST LE PRINCIPE MAJEUR DE VOTRE VOIE ?

L'Aikido bien sûr, un principe par excellence. L'union et la compréhension de l'inutilité de l'opposition, donc du combat, un paradoxe comme beaucoup d'autres rencontré pendant l'apprentissage des techniques et leurs applications. Au début il semble paradoxal d'étudier le rôle de Uke en même temps que celui de Tori, ne faire qu'un avec l'ennemi, le paradoxe omote / ura, je me souviens que durant mes premières années de pratique je ne pouvais pas comprendre l'union avec mon partenaire parce que mes mouvements dissociés dans l'exécution d'une technique devaient d'abord passer par un apprentissage de l'union de moi-même pendant un mouvement centré !

L'UNION ENTRE LES HOMMES VOULUE PAR O SENSEI MORIHEI UESHIBA VOUS SEMBLE-T-ELLE SE RÉA-



LISER DANS LA PRATIQUE DE L'AIKIDO ?

L'idée de l'union est la base de l'Aikido ! Je n'enseigne pas professionnellement, ce qui m'implique dans la vie associative. Après avoir traversé toutes sortes de fonctions administratives dans les clubs, les comités départementaux, la ligue et leurs commissions, j'ai compris que l'union entre les hommes voulue par O Sensei peut se réaliser dans la pratique bien sûr, mais pour la réaliser dans une association il faut plus que de la pratique physique... sans parler de l'union entre les hommes dans la société tout court !

PRÉCONISEZ-VOUS UNE PRATIQUE SPÉCIFIQUE DES ARMES ?

La pratique des armes est en général une corvée pour les

Les techniques d'Aïkido sont chez Silva Tscharner un espace de création au service du respect de son partenaire.



Aux armes comme à mains nues, Silva Tscherner fait passer un message d'harmonie et de partage dans l'échange.

débutants. Elle nécessite une grande autodiscipline dans l'étude de la posture. Elle sollicite la concentration et la gestion de la peur ! Je souhaite à tout pratiquant de découvrir l'essentiel dans le travail des armes. Beaucoup de mouvements et d'attitude ont leur raison martiale d'être. Le travail des armes nous rend la compréhension d'une situation de combat plus facile. Le danger immédiat fait appel aux capacités de maîtrise mentale, à la concentration ainsi qu'à l'endurance de la matière grise...

EST-IL ENVISAGEABLE D'UTILISER LES TECHNIQUES D'AÏKIDO SUR TOUTES LES FORMES D'ATTIQUES?

Considérant que l'Aikido est un principe, je ne vois pas de limi-

te. Bien entendu, sur une attaque au bazooka le problème se pose différemment, et l'Aikido peut apporter beaucoup sous un autre aspect qui serait plutôt d'ordre préventif... Les techniques d'Aikido peuvent s'inventer dans toutes les situations, mais avant d'avoir une pratique créative il faut étudier les principes de bases avec précision et se limiter à un apprentissage progressif.

A QUOI PARTICULIÈREMENT FAUDRAIT-IL ATTACHER LE PLUS D'IMPORTANCE ?

À la disponibilité de pouvoir changer toute forme acquise.

ÊTES-VOUS ATTENTIVE AUX ÉVOLUTIONS QUE L'ON PEUT OBSERVER ?

Toute observation d'évolution nous fait progresser, elle est la mémoire vive dans la pratique.

À QUEL SENSEI VOUS RÉFÉREZ-VOUS PARTICULIÈREMENT, QUELLES SONT LES PARTICULARITÉS DE LEUR ENSEIGNEMENT ?

Merci la chance ! Ma voie en Aikido a commencé quand l'Aikido en France était enseigné par de nombreux grands senseis. Je ne pourrais tous les citer, mais tous ont en commun une grande générosité et leurs particularités sont leur manière propre de créer l'Aikido dans le support qui leur est personnel.

Ma reconnaissance est infinie... au revoir !

CONSIDÉREZ-VOUS QUE L'AÏKIDO MÈNE RÉELLEMENT AU RESPECT DE SON ADVERSAIRE ?

Oui absolument, sinon on n'a jamais la possibilité de progresser, c'est l'autre qui vous fait progresser !

Y-A-T'IL POUR VOUS UNE DOMINATION MASCULINE EN AÏKIDO ?

Question à zapper... en tous cas en ces termes. Parlez-vous en nombre licenciés ou de présence assidue aux cours quotidiens ?

VOUS INTÉRESSEZ-VOUS À D'AUTRES PRATIQUES ?

Oui, je m'intéresse à pratiquer la vie...

SUR QUELS PROJETS TRAVAILLEZ-VOUS ?

Actuellement j'aimerais faire connaître l'Aikido aux jeunes et aux ados, de quoi les ressourcer pour se faire une place digne dans une société qui respecte l'individu. Continuer à pratiquer et à échanger, que ce soit en m'entraînant ou en enseignant reste un projet constant sur ma voie. ❀

MYSTÈRE DE L'ESSENCE DU BUDO ET DES ARTS JAPONAIS



Pour un Occidental, pratiquer le Budo japonais a souvent, hors l'attrait vers l'orientalisme et le besoin de trouver ce qu'il pense ne pas avoir chez lui, le désir de s'identifier à une culture où le mystère se réserve une grande place. C'est du moins ce qu'il croit. La réalité est que, l'apparence japonaise occidentalisée dans ses habitudes totalement contraires aux nôtres, fausses le raisonnement. Ceci provient d'une éducation ancestrale toujours présente de nos jours.

Quand on veut échapper à ces idées pacotilles de Geisha ou de Hara-kiri, en un mot, à ce fatras de japonaiseries qui ne recouvrent aucune réalité, ni présente, ni passée, la tâche n'est assurément pas facile, et l'Occidental qui prétend après quelques vacances au Japon de quelques semaines, cerner le caractère et les habitudes japo-

naises, fait fausses route et se heurter à un mur, sans le voir. Première erreur, donner une définition du Japon et des Arts japonais. Comme l'acteur du théâtre Nô, le Japon dissimule ses visages sous son masque laqué. Futuriste, le Japonais s'occidentalise et devient un des maîtres du jeu occidental. Bien sûr l'insularité étouffante, a développé chez certains la volonté de gommer leur vraie nature pour ne conserver que nos tics, notre boulimie de consommation, nos extérieurs de



Sous la direction technique de Shigeru Normand, l'enseignement du Kyudo est adapté à chaque génération d'élèves.

puissance moderne.

Cependant le pays des métamorphoses sait de quel poids pèsent les valeurs anciennes et semble pressentir le danger de la croissance tout en s'engageant dans la course effrénée du jeu industriel et économique de la civilisation occidentale.

De l'Art du Thé à la conception d'un bouquet à la flèche qui échappe à l'arc, on passe par le geste le plus simple pour parvenir jusqu'à sublimer ce que nous qualifions quelquefois de dérisoire.

Le mystère s'il y en a un, est d'avoir su conserver un passé chargé de tradition et les disciplines du Budo japonais qui ont acquis leur expérience dans la voie du Bushi, sont les seules garantes de ce passé dont la présence dans notre monde actuel, est de plus en plus nécessaire.

Même s'il n'est pas de notre intention de nous approprier l'âme du Japon, il faudrait de toute façon pour le moins, abandonner nos structures mentales et vivre sur l'archipel du soleil, si nous voulions vraiment entrer la le Temple du Budo.

Il faut se rendre à l'évidence, le mystère du Budo tel qu'il est dans sa dimension originelle, c'est d'être Japonais, et très peu d'Européens (les cinq doigts de la main sont de trop) dans le Kyudo l'ont compris, mais peut-être d'autres viendront au prix d'une longue, très longue patience, à percer le mystère de l'Essence du Budo.

Jacques Normand

SOSM section Kyudo

14, rue senseier

75005 Paris

01 69 40 91 41

D'une discrétion remarquable érigée en principe, Louis Clériot 6ème dan, est de ceux qui donnent sans rien demander en retour. Son engagement pour l'Aïkido a été déterminant pour notre fédération qu'il a portée sur les fonts baptismaux, et à laquelle il continue de consacrer un temps précieux. Entretien avec un pratiquant qui a joint les actes aux principes fondamentaux de l'Aïkido.

METTRE LES PRINCIPES EN CONFORMITÉ...

Vous êtes l'auteur d'une histoire de l'Aïkido en France, sa rédaction a dû ranimer bien des souvenirs enfouis ?

Je suis effectivement co-auteur avec mon ami Guy Bonnefond aujourd'hui à la FFAB de 50 ans d'Aïkido en France, un historique, édité chez Budo Éditions que nous avons fait bénévolement. Nous avons décidé de ne pas toucher nos droits d'auteurs, les bénéfices des ventes sont distribués à parts égales entre nos deux fédérations. Ça nous a rappelé pas mal de souvenirs bien sûr... Quand j'ai commencé à m'occuper d'Aïkido, qui était au sein de la FFJDA à cette époque, nous n'étions qu'environ

600 licenciés, c'est-à-dire uniquement le groupe Mochizuki, connu alors sous l'appellation Aïkido Mochizuki. Petit-à-petit d'autres sont venus se joindre à nous, André Nocquet d'abord, puis la FFATK de Jim Alcheik sous la direction de Charles Sebban avant d'être dirigé par Émile Clément. D'autres ensuite, et plus tard, l'arrivée de l'ACFA de Guy Bonnefond.

L'ACFA était le deuxième groupe d'importance à ce moment-là.

L'ACFA, c'était la tendance qui venait directement du Japon, c'est-à-dire de l'Aïkikai de Tokyo. Tamura Nobuyoshi en était le Conseiller Technique et Guy

Bonnefond le Président. Tous ainsi regroupés, nous nous sommes mis d'accord sous l'impulsion de la FFJDA pour travailler ensemble et mettre au point un enseignement unique, la Méthode Nationale d'Aïkido, c'était à 99% ce que faisait Tamura sensei, c'est-à-dire l'ACFA. J'étais à ce moment-là chez Mochizuki Minoru comme assistant, j'ai dû m'adapter, remettre tout d'aplomb pour pouvoir enseigner. Ce que faisait Minoru Mochizuki, c'était ce que faisait Morihei Ueshiba quand il avait quarante ans, c'est-à-dire un Aïkido assez dur, avec sutemi, défense sur coup de pieds, coup de poings, etc.

Vous êtes à l'origine des Diplômes d'État, mais c'est vous qui avez également déposé les statuts de la FFAAA.

En 1973, j'ai effectivement fait mettre en place un D.E. pour assurer une garantie aux futurs pratiquants qui nous rejoignaient. C'était plus que nécessaire compte tenu de la diversité des enseignants. Les premiers D.E. ont été attribués par équivalence à ceux qui remplissaient certaines conditions. D'autres ont reçu un diplôme de moniteur pour enseigner, valable cinq ans, le temps pour eux de se préparer pour se présenter au D.E. En 1983, j'ai déposé les sta-

tuts de la FFAAA à la préfecture et nous nous sommes installés dans nos propres locaux au 72, rue des Grands-Champs à Paris. Notre fédération était née, Jacques Abel en était le Président et moi le Secrétaire Général. La FFAAA a été créée un an après la FFLAB, la fédération de Judo ayant autorisé le groupe de Tamura sensei à partir vivre son indépendance.

Comment cela s'est-il organisé ?

Très naturellement, nous nous sommes réunis chez Christian Tissier avec Jacques Abel et quelques amis pour mettre quelque chose au point. Une fois d'accord entre nous, nous avons officiellement déterminé les tâches, j'ai été confirmé comme Secrétaire Général de la fédération et c'est à ce titre que j'ai participé à la création de la FFAAA.

Avant tout ça, à quel moment de votre pratique êtes-vous venu à l'Aïkido ?

Ce qui m'a fait connaître l'Aïkido, ce sont les premiers Championnats de Judo à Coubertin en 1951. J'ai assisté à ce moment-là à la première démonstration par Minoru Mochizuki. Il était venu accompagné du fils de Jigoro Kano et a fait une démonstration de cette pratique nouvelle, inconnue pour



nous en France. Ça m'a tout de suite plu, comme à un grand nombre de professeurs de Judo, et c'est par eux par la suite que l'Aïkido a commencé à se développer en France. J'avais regardé cette démonstration avec un grand intérêt, je me disais c'est bien ça, mais à cette époque je faisais de la compétition, j'avais d'autres centres d'intérêt. Disons que j'ai réellement commencé la pratique en 1958, à aller dans des stages, à l'Alhambra notamment où il y avait Nakazono senseï qui donnait des cours, c'est là que j'ai connu Christian Tissier qui devait avoir 16 ou 17 ans, quelque chose comme ça. Je n'étais pas vraiment inscrit, je participais encore de manière irrégulière. Mais très vite je m'y suis mis sérieusement par l'intermédiaire de Charles Sebban dont le club d'arts martiaux se trouvait à Montparnasse, les professeurs étaient Daniel Breton et Michel Berreur. En 1965 j'ai passé mon premier dan.

Quels maîtres vous ont le plus influencé ?

Celui qui m'a le plus accroché,

c'est Hiroo Mochizuki, le fils du maître Minoru Mochizuki qui fut un des élèves favoris de Morihei Ueshiba. C'était assez facile pour moi de travailler avec lui, c'était un ami. Je pratiquais au moins trois heures avec lui tous les deux jours. Je lui servais de uké. C'est également lui qui m'a véritablement montré la pratique des armes, c'est un grand expert. Au moment de la Méthode Nationale, j'ai surtout travaillé avec Maître Tamura, je participais à tous les stages selon mes possibilités.

Le Judo-jujitsu vous a-t-il servi pour l'Aïkido ?

Le Judo m'a plutôt handicapé qu'autre chose, parce que faisant de la compétition au niveau national je faisais de la musculation pour développer la force physique. Par contre, l'Aïkido est une excellente discipline pour préparer au Judo parce qu'on y travaille en déplacement, tout en souplesse. En fait le Judo n'apporte véritablement qu'un point positif, ce sont les chutes. Un judoka sait chuter, on ne peut pas dire ça de tous les aikidokas.



Esquiver, déséquilibrer, pour Louis Clériot, les techniques les plus simples peuvent être les plus efficaces. À gauche, Louis Clériot lors d'une séance de travail avec Kisshomaru Ueshiba le premier Doshu.



UNE INDÉFECTIBLE AMITIÉ

Voilà près de trente ans maintenant que sa présence amicale, désintéressée et précieuse balise ma pratique. Au regard intrigué et prudent qu'il a posé sur moi à mon retour du Japon a succédé très rapidement une adhésion sans réserve. Entier, fidèle, passionné, Louis n'est pas l'homme des demi-mesures.

Si sa rigueur, sa droiture, son sens du devoir et de l'application stricte de la règle le font souvent passer pour un entêté, sa probité, ses connaissances, son ardeur au travail, son honnêteté intellectuelle forcent le respect et ont fortement contribué à l'essor de l'Aïkido en France. Qu'il me soit permis de le remercier pour son accueil chaleureux, ses précieux conseils, sa compétence et sa présence permanente à mes côtés. Louis, ton amitié paternelle m'est très chère, merci pour ce que tu as fait, merci d'être ce que tu es. Merci aussi à Jacqueline ta compagne et ma grande sœur que j'embrasse tendrement.

Christian Tissier.





«Je n'ai qu'un mot dans la vie : RESPECT. Respect des lieux, respect des gens, des horaires. Respect des principes d'une manière générale. S'il n'y a pas de respect, il n'y a pas de vie en société possible.»

Chacun sait que vous êtes pratiquant et professeur, mais quelles sont vos fonctions à la fédération ?

C'est vrai que j'ai fait un travail assez conséquent pour le développement de l'Aïkido en France, avec l'aide de Messieurs Bonnefond et Lasselin, notamment à l'époque où j'étais Secrétaire général. Aujourd'hui je suis membre du Comité Directeur de la FFAAA et de l'UFA. J'avais préconisé, il y a bien des années maintenant une Commission de Discipline et de Distinctions, on m'a dit que ce n'était pas une mauvaise idée, alors j'ai pris les textes de la commission similaire du Judo que j'ai adaptés et mis en conformité et en application. Et maintenant me voilà responsable de cette commission.

De toutes ces fonctions, laquelle vous semble primordiale ?

Je n'en sais rien vraiment, mais pour moi, mes deux principales fonctions ont été Secrétaire général de la fédération, dont j'ai été le premier, à l'époque comme je vous l'ai dit il n'y avait que six cents licenciés, mais également mon travail au sein de la Commission des Grades me semble de toute première importance.

Le professeur, le pratiquant et le dirigeant ne se retrouvent-ils pas en opposition quelquefois ?

Non pas particulièrement, quand je m'engage dans une voie, c'est que j'y crois totalement.

Comment appréhendez-vous l'Aïkido à ce moment là ?

À l'époque, la forme d'Aïkido à laquelle j'adhérais était celle de Tamura senseï, telle qu'il l'enseignait dans les années 70. Quand Christian Tissier est revenu du Japon en 1976 il a rapporté une autre forme, très souple, l'Aïkido de Yamagushi senseï. Christian je l'avais connu tout jeune avant son départ pour le Japon, à son retour, quand je l'ai vu pratiquer, rouler comme il le faisait, tout en finesse, j'avais le sentiment de voir une feuille tombant d'un arbre et se posant délicatement à terre. C'était nouveau et parfait. Pourquoi, parce qu'il avait beaucoup travaillé chez Yamagushi senseï où il n'y a pas toujours de tapis mais un parquet. J'en ai fait l'expérience plus tard, on ne se laisse pas tomber comme sur un tapis, il faut travailler les chutes. À ce moment-là, je me suis orienté dans cette voie que je n'ai plus quittée, l'Aïkido développé par Christian Tissier est une forme très souple, assez diffi-

le à faire, très fluide, qui me réussit parfaitement puisque aujourd'hui à soixante-dix-huit ans je pratique et enseigne encore, bien que n'ayant plus la force que j'avais quand je faisais du Judo. J'ai beaucoup appris par cette voie.

La pratique des armes vous semble-elle indispensable ?

J'ai beaucoup travaillé le couteau quand je faisais du Ju-jitsu. Mais non, ça ne me paraît pas vraiment indispensable, mais absolument nécessaire pour les enseignants, à la rigueur la pratique du bokken et du baton peuvent apporter quelque chose, sachant que la quasi-totalité des techniques viennent de là. J'ai travaillé le sabre, le Katana, avec Hiroo Mochizuki comme je vous l'ai dit, le Ken et le Bokken avec Christian Tissier, mais je ne peux pas dire que cela a été très profitable pour moi. Je n'aime pas les armes, je trouve ça lâche.

Privilégiez-vous certaines techniques ?

Je ne peux pas dire ça, ou alors des techniques simples dans leurs formes comme irimi-nage par exemple qui enseigne à la fois le déplacement et le positionnement par rapport à l'attaquant. Je crois plutôt qu'il faut adapter son enseignement à chaque personne, en favorisant les techniques simples surtout au début de la pratique.

Faites-vous respecter un comportement spécifique dans le dojo ?

Oui bien sûr, mais je ne suis pas orienté vers une pratique spirituelle, et il faut bien reconnaître que le cérémonial peut avoir un caractère religieux. Alors j'ai réorienté le principe vers le respect. Je n'ai qu'un mot dans la vie : RESPECT. Respect des lieux, respect des gens, des horaires. Respect des principes d'une manière générale. S'il n'y a pas de respect, il n'y a pas de vie en société possible. Dans le salut on respecte son partenaire. Le gradé inférieur doit saluer le gradé supérieur pour travailler avec lui,



Louis Clériot alors élève de son premier sensei le grand maître Minoru Mochizuki, en compagnie de son fils Hiroo Mochizuki (ci-dessus). Ci-contre, avec son amie Sylvette Douche, Directeur administratif de la FFAAA.

celui-ci ne peut pas refuser de travailler avec lui. Sans respect réciproque, on n'arrive à rien.

Qu'est-ce qui vous plaît le plus dans l'étude de l'Aïkido ?

C'est la perfection, on ne l'atteint jamais mais c'est le but. C'est ce qu'il faut chercher à réaliser. La perfection c'est pouvoir répondre à une attaque quelle qu'elle soit en

emmenant l'autre dans un déséquilibre pour pouvoir le maîtriser et le neutraliser sans lui faire mal. Quand j'ai commencé le Judo, il y avait des techniques en vigueur, interdites maintenant, qui étaient très dangereuses. C'est tout l'art de l'Aïkido de parvenir à maîtriser son adversaire souvent plus fort physiquement, par un moyen pratique, une forme non agressive, comme le déséquilibre. C'est ce qui me plaît dans l'Aïki.

Après toutes ces années, quelle évolution majeure ressentez-vous dans la pratique de l'Aïkido ?

Je ne ressens pas vraiment d'évolution. L'Aïkido que j'ai appris de maître Yamagushi reste pour moi la forme de référence. Il y a eu dernièrement un congrès de la Fédération Internationale au Japon où se sont rendus entre autres, le Président Maxime Delhomme ainsi que Christian Tissier. Lors de ce congrès, Christian Tissier a été le seul représentant non japonais appelé à faire une démonstration devant l'ensemble des congressistes, témoignage de la qualité de l'Aïkido enseigné en France. ❀

UNE FIDELITÉ EXEMPLAIRE

«Je n'étais pas d'accord pour que l'on vous engage, mais puisque vous êtes là... !». C'est par ces mots de bienvenue, prononcés par le Secrétaire Général de la Fédération, et cet accueil empli d'aménité que je fis mon entrée au secrétariat fédéral le 12 septembre 1983. L'œil bleu et pétillant, légèrement suspicieux, il me dévisageait, songeant certainement à deviner ce qui pouvait motiver mon arrivée dans les locaux car je devais sûrement être atteinte d'un double handicap : celui de rentrer du Japon après quelques années passées à l'AïKIKAI et surtout d'être l'épouse d'un professeur d'Aïkido.

Voilà mon premier contact avec Louis Clériot au milieu d'un minuscule local de 60 m² dans le 20^{ème} arrondissement de Paris d'où émergeaient deux minuscules bureaux cachés sous un empilement de caisses, cartons, archives, dossiers de toutes sortes. La FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AÏKIDO venait de voir le jour après avoir été longtemps une discipline relevant de la Fédération de Judo !

L'ampleur de la tâche était d'importance, pas de place pour un round d'observation supplémentaire : trop à faire, trop à gérer, trop de trop pour savourer nos longs tête à tête, le nez dans les dossiers.

Louis a été ensuite appelé à assurer d'autres responsabilités, d'autres fonctions : Secrétaire de la Commission des Grades, par exemple, ou aujourd'hui, à la demande de notre Président Fédéral, Président de la Commission Distinctions. Il a même trouvé le temps d'écrire un manuel sur le Brevet d'Etat et dernièrement l'HISTOIRE DES 50 ANNEES DE L'AÏKIDO en France.



Louis a participé à tout, infatigable, toujours disponible aussi bien sur les tapis, dans toutes les instances fédérales que dans l'ombre. Il répond toujours présent si on a besoin de lui, d'un « coup de main », comme il le dit. Rien ne le rebute.

Derrière cet air bourru de « vieux » ronchon (là je sais qu'il ne va pas aimer !) se cachent un cœur en or, un être honnête et généreux et j'ai la chance d'être son amie.

Pour tout cela, merci Loulou.

Sylvette Douche

Pour Maître Alain Floquet, l'art martial n'a de sens réel que s'il conduit à une vie jusqu'à son achèvement dans la connaissance, le partage, la sincérité et la paix. L'Aikibudo signifie voie de l'harmonie par la pratique martiale ou utilisation du principe Aiki (union des énergies) dans la voie martiale. Maître Alain Floquet, son fondateur, a voulu souligner les liens qui l'unissent, lui et son Art, avec l'authentique tradition martiale japonaise. Ainsi, l'héritage des écoles historiques que sont le Daitoryu aikijujutsu, le Tenshin shoden katori shinto ryu et le

**L'ESSENTIEL
N'EST PAS DE
BRILLER MAIS DE
DURER,
CAR BRILLER
EST L'EFFORT
D'UN MOMENT
ALORS QUE DURER
EST CELUI DE
TOUTE UNE VIE.**

pour des raisons spirituelles, religieuses, et au regard de leurs expériences cumulées au cours de leur longue vie. Dans les écoles ancestrales de Budo, l'âge était tenu en haute estime, et l'occasion de pratiquer et de bénéficier de l'enseignement de vieux senseï était spécialement honorée.

La place des personnes âgées n'a cessé de grandir dans nos civilisations contemporaines, et cette affirmation se vérifie également dans la pratique des Budo japonais, et donc naturellement au sein de l'Aikibudo. Il reste toutefois évident

elles sont obligées de compenser leur «faiblesse» constitutionnelle par un sens aigu du déplacement et de la précision technique qui leur permet de toucher potentiellement plus facilement du doigt la quintessence de la pratique martiale. Et qui mieux qu'un ancien peut comprendre la notion créée par Maître Alain Floquet de Te no michi biki ou de main guide ; cette idée centrale de main guidant l'ensemble des mouvements permet l'évolution autant de la technique que des protagonistes de l'action sur le chemin rigoureux de la Voie... Nous avons choisi, pour illustrer

LES DOYENS DE L'AÏKIBUDO

Yoseikan shinto ryu permet aux pratiquants d'Aikibudo de se ressourcer continuellement aux valeurs et traditions du Bushidô qui ont contribué à la création de ces écoles de vies, si éloignées de simples systèmes de combat

Dans le Japon médiéval, l'espérance de vie n'était pas toujours très importante, compte tenu des aléas de l'histoire japonaise, plus particulièrement avant l'ère Tokugawa. C'est pourquoi les personnes âgées étaient particulièrement respectées,

que leurs différences morphologiques et mentales se traduisent dans leur approche technique : si la force physique pure ne saurait leur être utile, il apparaît que ce «handicap» physiologique constitue leur plus sûr allié dans la pratique, car

notre propos, d'interroger trois pratiquants d'Aikibudo âgés, élèves de Maître Alain Floquet depuis de «très» nombreuses années : André Saque (77 ans) qui a commencé sa pratique en 1981, Charles Arnault (76 ans) qui a commencé sa pra-

Techniques à mains nues par André Saque.



tique en 1986 et Paul Harmant (73 ans) qui a commencé sa pratique en 1973.

QUELLES MOTIVATIONS VOUS ONT POUSSÉ À VOUS ENGAGER DANS L'ÉTUDE ET LA PRATIQUE DE L'AÏKIBUDO ? POURQUOI SE DIRIGER VERS LA PRATIQUE DE L'AÏKIBUDO À L'ÂGE AUQUEL VOUS AVEZ COMMENCÉ ? L'ASPECT MARTIAL EST-IL IMPORTANT EN TANT QU'ANCIEN ?

André : J'ai commencé le sport très jeune, par de la lutte gréco-romaine entre 1940 et 1942. J'ai continué après guerre par une pratique intensive de la natation, qui m'a conduit à enseigner après avoir obtenu avec succès mon diplôme de maître-nageur sauveteur. Je n'ai commencé l'Aïkibudo (Aïkido Yoseikan à l'époque) qu'à l'âge de 57 ans, une fois à la retraite. C'est par hasard que j'ai pénétré dans le dojo de l'A.S.P.P. et me suis présenté devant Maître Alain Floquet. Mes débuts ont été difficiles, car j'avais du mal à mémoriser toutes ces techniques et je ne tenais pas tout à fait le rythme des entraînements. Maître Alain Floquet m'a encouragé et m'a fait comprendre que l'intensité n'était en rien synonyme de force ou de vitesse, mais de rigueur dans le placement et la technique. L'adaptation aux situations et aux autres est un pan fondamental de notre pratique martiale qui se traduit par la nécessaire harmonie (WA) qui doit émaner de nos agissements. En cela le côté martial de notre Art est fondamental, car il permet de mieux se connaître, de mieux connaître les autres, de se bonifier et de mieux supporter la Vie et ses aléas.

Charles : J'ai commencé la pratique martiale dans les années 60 avec la famille Pariset. Mes débuts en Judo et Ju-Jitsu ont été difficiles, mais m'ont ouvert des horizons nouveaux, insoupçonnés. Après 14 ans de Judo, j'ai profité de l'occasion d'une mutation professionnelle pour commencer l'Aïkido et participer aux stages de Maître Tamura. Lors de mon départ à la retraite en 1986, j'ai changé de dojo et suis entré à l'A.S.P.P., au sein des

sections Judo et Ju-Jitsu avant d'intégrer celles d'Aïkibudo et de Kobudo avec Maître Alain Floquet; nouveaux horizons, nouvelles approches martiales, et découverte d'une nouvelle composante le Kobudo de l'Ecole Katori Shinto Ryu. Les années qui passent m'ont conduit à privilégier le Kobudo et à quitter, avec combien de regrets, la pratique manuelle. Je profite toutefois de l'expérience et de l'occasion de côtoyer les policiers de nos sections pour participer aux cours plus orientés vers les applications professionnelles où je retrouve des pratiques débutées il y a si longtemps, avec Tonfa, Tanto, Tambo... En ces premiers jours de 2002, avec 15 ans d'A.S.P.P., doyen d'âge de la section, c'est avec une joie toujours renouvelée que j'essaie de transmettre aux jeunes mes quelques connaissances de l'Art Martial, avant de les avoir oubliées, mais surtout de leur faire partager le plaisir que j'éprouve toujours sur le tapis au dojo avec tous mes excellents camarades....

Paul : J'ai toujours été intéressé par les activités sportives que j'ai commencé à pratiquer durant la guerre en 1942 à l'âge de 12 ans. Depuis, je n'ai eu de cesse de m'investir, tant pour ma pratique personnelle que pour permettre à mes deux fils, Daniel et Paul-Patrick, de s'épanouir dans ces pratiques sportives puis martiales dans lesquelles je les ai précédés ou parfois suivis. Mon engagement a toujours été indéfectible pour leur permettre de se réaliser pleinement. S'ils m'ont suivi dans la gymnastique, j'ai emboîté le pas pour la pratique Aïkibudo. Mon engagement s'est traduit par la prise de responsabilités d'enseignement puis fédérales afin de faire vivre et développer cet Art dans nos régions. Je reste d'ailleurs particulièrement impliqué au plan local en ma qualité de professeur du Club de Jœuf et de Président du Comité Départemental de la F.F.A.A.A. de Meurthe et Moselle depuis 1989 et Vice-Président du Comité Régional Lorraine F.F.A.A.A. Pour ma part, mon engagement est à l'image de celui des Bushi dans les antiques

ryu (écoles) japonaises de Budo. A l'instar du Keppan que chacun devait signer de son sang, je considère mon engagement dans l'Aïkibudo comme un investissement de tous les instants, qui m'ont permis de parvenir à une meilleure connaissance de moi-même et des autres, au travers des trois composantes qui font l'Aïkibudo ! Maître Alain Floquet nous offre, au travers de son expérience personnelle, l'opportunité extraordinaire de nous former sur les plans technique, physique et surtout mental, en adéquation avec les principes ancestraux représentés par le port symbolique de la ceinture noire et du hakama. Ces principes attachés à la pratique d'un Budo, directement inspirés des impératifs de survie du Japon féodal, permettent de se connaître et de se conduire en Homme dans l'ensemble des activités humaines. Pour ne donner qu'un exemple, je me suis mis à la pratique du billard français depuis deux années, et je parviens à «battre» des «adversaires» beaucoup plus jeunes que moi à l'occasion de compétitions officielles, non pas parce que ma technique est supérieure, mais seulement par l'application des principes ancestraux en question qui m'offrent une meilleure maîtrise de mes gestes, de ma respiration et en définitive de l'ensemble de la «pression» liée à ces événements ! Je retrouve et comprends mieux ici le message de Maître Alain Floquet qui précise toujours que l'Aïkibudo doit être une authentique École de Vie.

LA PRATIQUE DANS LA MIXITÉ DE L'AÏKIBUDO VOUS SEMBLE-T-ELLE CONVENIR À L'ÉTUDE D'UN ART MARTIAL ? LES PERSONNES D'ÂGES DIFFÉRENTS N'ONT-ELLES PAS UNE INTERPRÉTATION SPÉCIFIQUE DE LA DÉMARCHÉ PROFONDÉMENT HUMAINE DE L'AÏKIBUDO ?

André : Pour moi, la mixité est fondamentale, mixité tant en ce qui concerne le sexe que l'âge. Elle n'est que l'illustration de la Vie, et je la ressens avec une acuité d'autant plus grande que j'ai vécu la première partie de ma vie avec une certaine barrière entre les sexes : j'ai grandi dans une école de garçons,



Travail aux armes par Charles Arnault.



Entraînement intensif avec le maître Alain Floquet pour Paul Harmant.

ce qui induisait alors une certaine incompréhension avec les filles, laquelle se retrouvait dans les rapports humains. L'échange des expériences et des connaissances permet de dédramatiser les relations humaines, ce que je ressens d'autant plus au regard de l'expérience dramatique que j'ai vécu durant ma déportation de 1943 à 1945, qui m'a fait toucher du doigt la vacuité qui existe dans l'intolérance, le mépris de l'autre et la bêtise

humaine... Il est évident que cet épisode difficile de ma vie m'a ouvert les yeux sur la richesse humaine et sur moi-même, mais je préciserai que la découverte de l'Aikibudo m'a encore enrichi et m'a permis de me connaître encore mieux. Le Budo permet au pratiquant de se placer dans le monde, parmi les humains, à sa juste place et en pleine conscience de sa valeur et de celle de l'autre. J'ai d'ailleurs complété cette recherche,

notamment par la pratique du Tai Chi Chan. L'approche profondément humaine de l'Aikibudo transparait dans la double notion de main-guide (Te no michi biki) et de respect de son partenaire, dont l'harmonie reste le fil conducteur. Cet échange se doit de transparaitre dans le rôle d'enseignement que tout Yudansha doit avoir vis à vis des plus jeunes. C'est peut-être ma carrière d'enseignant en natation qui rejaillit sur ma pratique Aikibudo et m'a toujours poussé vers la retransmission des acquis que je possédais, notamment en Aikibudo. Je recherche plus particulièrement à parvenir à améliorer ma pédagogie, avec toute la difficulté de devoir se mettre à la portée du débutant.

Charles : La pratique dans la mixité me paraît indispensable, et je préciserai une double mixité d'âge et de sexe. Côté des personnes différentes permet d'enrichir nos approches et de bénéficier de l'ouverture d'esprit de nos partenaires en échangeant nos expériences. Ainsi les jeunes et les moins jeunes peuvent découvrir ensemble l'évolution de l'individu au fil des ans, évolution tant physique que psychique, dans une activité commune, et à des niveaux très différents. Elle nous permet de mieux apprécier la différence de force physique et de tonicité et nous oblige aussi à accepter et à affirmer notre spécificité en exigeant de nos camarades plus jeunes qu'ils s'adaptent à notre différence morphologique. La mixité dans la pratique oblige à davantage d'efforts pour percevoir des caractéristiques physiques différentes et ne peut donc que contribuer à améliorer la perception sensorielle des pratiquants. En cela les pratiquants de mon âge ont une position quelque peu privilégiée, car ils s'orientent naturellement plus vers la maîtrise technique dans l'harmonie et la canalisation souple plutôt que vers l'utilisation de la force physique pure. Je rejoins la remarque d'André au sujet de la nécessité de transmettre ses connaissances, à quelque niveau que ce soit. Je prends un plaisir particulier à m'occuper de prati-

quants débutants, pour leur apprendre les bases de la pratique du Kobudo. Et je suis toujours en admiration devant la patience de mes professeurs lorsqu'ils me font travailler les kata supérieurs de notre Ecole, malgré ma mémoire défaillante... Et que dire de la patience et de l'aide particulière que j'ai eues à l'occasion de mon dernier passage de grade de la part de mon jury !

Paul : La mixité dans la pratique martiale me semble une réalité incontestable et incontestée, à partir du moment où aucune compétition n'est possible en Aikibudo. La pratique dans un Dojo ne fait que reproduire, à son échelle, les réalités de la Vie, avec toute sa diversité. C'est d'ailleurs cette diversité qui permet d'ouvrir les horizons de nos pratiquants, au travers de la connaissance profonde de leur réalité propre et celles de leur homologues... L'échange entre des personnes de sexe ou d'âge différents est fondamental pour une meilleure compréhension de l'étude et des techniques. Les spécificités physiologiques permettent d'expérimenter celles-ci et de ne pas être surpris lorsqu'une personne présente des caractéristiques physiques différentes des nôtres, qu'il s'agisse d'un homme ou d'une femme (hyper laxité ligamentaire par exemple), d'un jeune (plus fougueux) ou d'un «vieux» (plus fragile physiquement). De plus, il faut affirmer que la pratique de l'Aikibudo reste centrée sur les notions d'harmonie, d'adaptation et de tolérance vis à vis de ses partenaires, quels que soient le sexe ou l'âge, l'origine sociale ou la couleur de peau ou encore un éventuel handicap. Seul doit compter la personne dans sa réalité profonde et le désir impérieux de travailler en harmonie (WA) avec celle-ci, en tenant compte également des critères de temps, de lieux et d'opportunités. On retrouve ici la notion de Zanshin (vigilance) si importante dans la pratique d'un Budo. Il faut alors que les plus jeunes s'adaptent aux pratiquants de nos âges pour permettre cet échange qui est à la base de notre Art. Il n'est toutefois

pas toujours si facile pour les plus jeunes d'adapter leur pratique et pour les plus âgés d'admettre les limites à la pratique que nous imposent le temps...Mais quelle richesse tirée de l'échange et de l'expérience !

LA FORCE DE L'AÏKIBUDO NE RÉSIDE PAS DANS LA PUISSANCE MUSCULAIRE MAIS PLUTÔT DANS LA SOUPLESSE, LA CANALISATION DE L'ÉNERGIE, LA MAÎTRISE DE L'EGO ET DE LA MODESTIE, EST-CE EN CELA UNE FORME QUI CONVIENT MIEUX AUX PERSONNES ÂGÉES ? L'ÂGE ET LA BAISSÉ DES PERFORMANCES PHYSIQUES AIDENT-ELLES POSITIVEMENT À LA COMPRÉHENSION PROFONDE DE L'ART ?

André : La souplesse, la canalisation de l'énergie, la maîtrise de l'ego et de la modestie sont effectivement des facettes importantes de notre Art. Cette logique profonde de notre discipline permet une approche réaliste et humaniste de nos rapports avec les autres. Il est évident qu'avec l'avancée dans l'âge, corrélativement avec celle dans la pratique, la compréhension du principe Aïkibudo augmente, et que la forme de pratique évolue : la jeunesse permet de compenser un manque de rigueur technique et de réussir une projection ou un osae-waza en «trichant» ; l'avancée en âge nous oblige à une rigueur et une honnêteté totale qui conduit, car l'on ne peut faire autrement à une pleine connaissance et compréhension du message du Maître. Il ne faut pas oublier que l'âge est le corollaire de l'expérience, à juste titre prise et reconnue par toutes les civilisations.

Charles : L'importance de l'avancée en âge et la baisse corrélatrice des performances physiques apparaît avec une acuité particulière après un certain âge. Lors de notre examen de 2ème dan de Kobudo (janvier 1999) par exemple, il y avait trois tranches d'âge : une moyenne de 30 ans, un quinquagénaire et un septuagénaire. Pour un programme commun, et dans un même esprit, se sont jouées trois prestations bien différentes caracté-

risées par des niveaux de souplesse, de tonus et de mémoire très différents. Ce fait m'a profondément impressionné et je m'interroge encore : compréhension plus profonde de notre Art, ou connaissance plus claire de l'évolution de l'individu, ou les deux ? Il est très certain que l'avancée en âge impose de modifier notre approche à la technique, pour épurer nos mouvements en limitant de plus en plus le recours à la simple force physique. La baisse des capacités physiques induit alors une recherche plus profonde de l'Art et une optimisation précise des principes de l'Aïkibudo. De plus notre expérience de pratiquant et d'Homme nous aide à mettre à profit cette baisse de nos capacités physiques pour finalement mieux appréhender le fond de notre pratique ;.

Paul : Le symbole du CERA, le Cercle d'Etude et de Recherche en Aïki et Kobudo, est une garde de sabre japonais ; cette tsuba représente de manière stylisée, en fer découpé en positif, une Tsuru (cigogne) aux ailes déployées, tête tournée vers la droite. Cet oiseau est, au Japon, le symbole de la longévité. Et cette notion de longévité est pour Maître Alain Floquet une vertu fondamentale de la pratique martiale et à fortiori de l'Aïkibudo :

«-L'essentiel n'est pas de briller mais de durer ;
-Briller est l'effort d'un moment ;
-Durer est l'effort de toute une vie.»
Pour Maître Alain Floquet, l'art martial n'a de sens réel que s'il conduit à une vie jusqu'à son achèvement dans la connaissance, le partage, la sincérité et la paix. Cette notion de durée et de persévérance avec courage et détermination rejoint l'ensemble des principes et des valeurs qui sous-tendent notre pratique Aïkibudo. Cette authenticité doit se retrouver dans notre vie d'homme parmi d'autres hommes. C'est pourquoi nous pouvons en quelque sorte bénéficier d'une certaine chance d'être arrivé à nos âges, poursuivre notre recherche et surtout transmettre notre expérience aux plus jeunes, et notamment aux très jeunes.

"LE SYMBOLE DU CERA, LE CERCLE D'ETUDE ET DE RECHERCHE EN AÏKI ET KOBUDO, EST UNE GARDE DE SABRE JAPONAIS ; CETTE TSUBA REPRÉSENTE DE MANIÈRE STYLISÉE, EN FER DECOUPE EN POSITIF, UNE TSURU (CIGOGNE) AUX AILES DÉPLOYÉES, TÊTE Tournée VERS LA DROITE. CET OISEAU EST, AU JAPON, LE SYMBOLE DE LA LONGEVITÉ. ET CETTE NOTION DE LONGEVITÉ EST POUR MAÎTRE ALAIN FLOQUET UNE VERTU FONDAMENTALE DE LA PRATIQUE MARTIALE ET À FORTIORI DE L'AÏKIBUDO."



Notre rôle d'ancien transparait ici avec une importance cruciale, parce que nous sommes ou nous nous sentons plus proches d'eux. Peut-être les joies d'être grand-père apportent-elles, après celles de Père une clairvoyance particulière...

QUEL BILAN FAITES-VOUS DE VOS ANNÉES DE PRATIQUE ? QUELLES SONT VOS ATTENTES OU VOS OBJECTIFS À MOYEN TERME DANS L'AÏKIBUDO ?

André : J'ai depuis cette année arrêté la pratique régulière de l'Aïkibudo, pour des raisons de santé, mais je poursuis chaque jour celle de la gymnastique et du Tai Chi Chuan. Je me rend ponctuellement au Dojo pour retrouver mes amis pratiquants et baigner dans ce creuset que j'assimilerai au liquide amniotique du nouveau-né : utile, nécessaire, bienveillant, fondamental pour cette Vie offerte par mon second Père, mon Maître.

Charles : L'Aïkibudo et le Kobudo m'ont permis de poursuivre une recherche sur moi-même et de me réaliser pleinement. Je désire poursuivre encore un temps ma pratique, peut-être par habitude, accoutumance ou peu de goût pour le changement. Peut-être aussi parce que chaque séance, je dis bien chaque séance, amène à des découvertes sur soi, sur les autres,

sur les matières enseignées pour un enrichissement continu. En sachant qu'un jour veste et hakama iront rejoindre dans le placard les ceintures blanches, colorées et noires qui auront jalonné ma carrière sportive. S'ouvrira alors un autre chapitre...

Paul : Poursuivre mes efforts afin de progresser dans ma pratique personnelle et retransmettre, à l'image de nos maîtres, mon expérience aux autres pratiquants. Mon rôle de professeur au Dojo de Joëuf m'accapare et m'enrichit pleinement. Je suis fier d'être un exemple pour les jeunes et je leur montre que l'âge n'est pas une limite pour le plaisir.

Textes et Propos recueillis par Paul-Patrick HARMANT et Jean-Pierre VALLE

Sur les Photographies : Paul HARMANT, 3^e DAN Aïkibudo, 2^e DAN Katori Shinto Ryu, André SAQUE, 2^e DAN Aïkibudo, 1^{er} DAN Katori Shinto Ryu, Charles ARNAULT, 1^{er} DAN Aïkibudo, 2^e DAN Katori Shinto Ryu, copyright méthode et techniques Aïkibudo Alain FLOQUET.



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