

Le magazine officiel de la

Fédération Française d'Aïkido et de Budo

Siège Fédéral : Les Allées - 83149 BRAS - Tél. 04 98 05 22 28 - Fax 04 94 69 97 76

www.ffab-aikido.fr

SERBAGI



Cours enseignants
par Tamura Senseï à Sarrebourg,
30 mai 2009

Photo : Matthieu Dazy

Au sommaire...

Infos fédérales - Organigramme FFAB

Infos stages ligues et clubs • Infos ENA

Réflexion : Pratiquer l'aïkido au 3ème millénaire

Miroirs de l'Univers par Patrick Bordeaux

FFKT >> Stage Européen à Francfort-sur-le-Main

Cercle de laïdo >> Présentation - Axe de Recherche 2009



Tozando Aïkikai, le must du hakama !

Confectionné au Japon, le hakama Tozando est 100% polyester.
Légèrement brillant, il vous donne la douceur satinée du cachemire et le confort d'un très haut de gamme. Facile à plier, il résiste bien au suwari waza et garde sa tenue et ses plis.

Coutures renforcées pour usage intensif, Koshiita (dosseret) solide et souple en caoutchouc spécial.



150€, port compris

Si vous le souhaitez, votre hakama peut être brodé à votre nom.

Nous consulter (Tél. 06 11 42 52 29) ou voir le site Internet pour plus de détails.

Obi avant 4m20,
obi arrière 2m05,
sept lignes de couture.



Disponible en noir ou **bleu nuit**

En taille 23 (1m48-1m55) taille 24 (1m56-1m60) taille 25 (1m61-1m65)
taille 26 (1m66-1m73) taille 27 (1m74-1m77) taille 28 (1m78-1m82)
taille 29 (1m83-1m86) taille 30 (1m87 et plus)

Lavable en machine
à 30° maxi.

**Découvrez notre gamme de keikogi, zori, obi,
armes et yukata sur www.hakama-aikido.com**

BON DE COMMANDE (photocopiable)

Je commande hakama (Nbre)

taille :

couleur : **Bleu nuit** Noir

NOM, Prénom :

Adresse complète :

Code Postal / Ville :

Téléphone :

A renvoyer
avec votre règlement
par chèque à :
MANZOKU
Diffusion
8 rue des Muses
68390 Sausheim
Tél. 06 11 42 52 29
**Expédition
très rapide**

S'agissant du règlement des grades, devant la situation de blocage qui perdure, nous essayons d'obtenir un rendez-vous avec les responsables ministériels en charge de ce dossier. Déjà, je vous en faisais part en janvier 2009. Tout est mis en œuvre quant à ce changement pour le respect de notre identité et des pratiquants.

En raison de la reprise de cette nouvelle saison, je compte sur les juges fédéraux et toutes les forces vives pour défendre l'intérêt fédéral avec acharnement. Au cours des examens les jurys doivent défendre, sans état d'âme, notre spécificité et nos candidats avec conviction selon la décision prise au cours de l'A.G. de novembre 2008. Nous n'avons pas d'autre politique fédérale en matière d'examen.

Compte tenu de l'obtention de l'agrément ministériel, nous remplissons une mission de service public. Cependant, la F.F.A.B. ne reçoit aucune aide de l'Etat, ni subvention, ni cadre rémunéré par l'Etat, autant dire aucune reconnaissance du travail accompli sur le terrain. Des centaines de bénévoles s'investissent quotidiennement pour assurer notre fonctionnement et notre développement.

S'agissant du R.P. de la CSDGE, nous continuons à faire face à l'opposition de la FFAAA quant à nos propositions de changement. Le Ministère semble indécis à imposer un nouveau règlement qui pourtant faisait l'objet d'un de leur courrier au mois de novembre

2008. Il semble régner une chape de plomb.

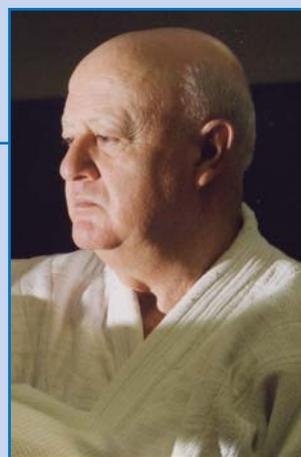
Je remercie au passage, tous les membres du bureau, du Comité Directeur, sans oublier les intervenants de la CSDGE qui s'emploient à défendre notre position au mieux.

Toutefois, je voudrais terminer sur une note agréable car nous avons constaté, malgré toutes nos difficultés, que le nombre des licences a cependant augmenté lors de la saison passée.

Cette saison une équipe de 4 personnes se déplacera dans les ligues par binôme : J.P. HORRIE, M. GILLET, C. MEYER, M. BENARD. Conformément au courrier du secrétaire général, les ligues devront organiser cette venue après avoir choisi le moment opportun. Ces responsables seront à l'écoute des clubs, départements, ligues afin de faire remonter vers le Comité Directeur, dans un esprit d'ouverture, toute amélioration susceptible de faire évoluer nos relations dans le bon sens. Cet effort est fait afin de rester à l'écoute des principaux acteurs fédéraux.

En vous souhaitant une bonne rentrée...

Pierre GRIMALDI, Président de la FFAB



ERRATUM

SESERAGI N°44 – Février 2009 – Pages 8 et 9

« Le voyage initiatique au Japon » par Michel Humbert

Deux coquilles sur des termes japonais se sont produites :

- Journée du 29 septembre au §5, du 1er octobre dernier §, et 2 octobre dernier § : à la place du mot « Hensen » : il faut lire « **ONSEN** »
- Journée du 1er octobre 2è § :

A la place de « sumimasen dess ka ? », il faut lire : « **SUMIMASEN DESHITA** » qui peut se traduire par « Veuillez m'excuser pour ce que je viens de faire » (alors que la phrase employée pourrait se traduire, vu le contexte, par : « Est-ce que cela mérite des excuses ? » ...)

La langue japonaise étant la langue de l'Aïkido ainsi que la langue de Senseï, nous voudrions dire à Senseï : « sumimasen deshita ».

SESERAGI

SESERAGI N°45 - OCTOBRE 2009

Dépôt légal n° 4734
Imprimé par MACON IMPRIMERIE (71)
ISSN 1771-2025

Responsable de la publication :

Pierre Grimaldi, Président de la FFAB

Rédacteur en chef :

Pierre Grimaldi, Président de la FFAB

Comité de rédaction : Chantal Cardy, Michel Gillet, Monique Guillemard, Michel Venturelli

Comité de relecture : Jean-Pierre Horrie, Dominique Massias, Pierre Sevin

Maquette :

A PRIORI - 03 85 90 40 30 - apriori@orange.fr

C'EST À VOIR...

• **Aïki Evasion** (DVD de D. Allouis, L. Bouchareu, J.P. Moine et S. Sans)
Infos, commandes : <http://aikido.sans.free.fr/> / serge.sans@wanadoo.fr

• **Doji, le travail de la globalité en Aïkido** (DVD de Jacques Bardet)
• **Ken, les racines de l'Aïkido** (DVD de Toshiro Suga)
• **Jo, le pilier de l'Aïkido** (DVD de Toshiro Suga)
• **Les fondements de l'Aïkido** (DVD de Toshiro Suga)
Infos, commandes : www.masamune-store.com

• **Aïkido - Iaido** (DVD de Jaff Raji)
Infos, commandes : 02 99 30 13 87 (Tél. / Fax)

• **Aïkido et Ken**
(3e DVD de Michel Bécart)
Infos, commandes : 01 42 03 20 60 ou info@michelbecart.com
www.michelbecart.com

EN BREF...

THEME DE LA SAISON 2009 / 2010

Pour cette saison, le bureau technique propose comme thème de réflexion et de pratique : « **Pratique et enseignement** ».

Ce thème est proposé afin que les enseignants ne se coupent pas de leur propre recherche. La pratique de l'Aïkido permet en effet à l'enseignant de se remettre en cause et de poursuivre sa recherche en explorant les fondations de l'Aïkido.

Il convient que chacun des présidents de ligue, en collaboration avec le CER et les CEN qui interviennent dans la ligue, fasse vivre et développe ce thème.

Il est essentiel que l'école des cadres régionale soit un lieu de convivialité, de rencontre et d'échange pour tous les professeurs de la ligue. Les présidents de ligue jouent un rôle essentiel dans le développement de notre fédération autour de notre C.T.N. Maître Tamura.

FORMATION CONTINUE DE PROFESSEURS ET DE JUGES

Le bureau technique a programmé pour cette saison six stages de formation continue de professeurs et de juges. Ces stages, qui sont dirigés par un CEN, se dérouleront :

- les 24 et 25 octobre à Nancy ;
- les 31 octobre-1er novembre à Paris, Marseille et Bordeaux ;
- les 14 et 15 novembre à Lyon ;
- les 28 et 29 novembre à Nantes.

En novembre 2008, le ministère, qui a accepté le principe de deux fédérations, reconnaît donc implicitement la légitimité et la spécificité de chacune d'elles.

Notre identité fédérale doit à présent vraiment s'exprimer notamment à l'occasion de ces stages formations de professeurs et juges. Cette liberté enfin retrouvée doit permettre à chacun de nous d'affirmer pleinement notre identité. Il importe que nous puissions faire passer à tous notre réflexion sur les critères, nos critères des grades dan, et que les professeurs qui présentent des élèves aux examens connaissent ces critères.

La saison dernière, nous avons fait le constat que les relais informatifs concernant la promotion de ces stages de formation ont été inopérants. Ce message, pourtant, doit être absolument délivré à nos juges mais aussi et surtout à nos professeurs.

Si cette année nous avons choisi le thème technique « **Pratique et enseignement** », c'est parce que nous voudrions que nos enseignants ne se coupent pas de leur propre recherche, se remettent en cause et poursuivent leur quête en explorant les fondations de l'Aïkido.

Nota : en l'absence de proposition commune des deux fédérations avant le 1er février 2009, le ministère se proposait alors d'indiquer à la direction des sports d'engager toutes les modifications réglementaires nécessaires au traitement équitable de l'ensemble des pratiquants d'Aïkido lors de la délivrance des grades. Le ministère nous a fait part de propositions que nous acceptons mais qui ne reçoivent pas l'aval de l'autre fédération. A ce jour les actions communes avec l'autre fédération se résument aux passages d'examens grades et BE et au fonctionnement de la CSDGE.

Le Bureau Technique

COMMISSION 3ème 4ème Dan

La Commission propose pour la saison 2009-2010 3 stages de préparation, lesquels auront lieu en :

- Midi-Pyrénées - les 17 et 18 octobre 2009
- Normandie - les 28 et 29 novembre 2009
- Bourgogne - les 17 et 18 avril 2010.

Ces stages sont ouverts à tous les pratiquants à partir du 2ème dan et l'inscription se fait au siège fédéral 1 mois avant.

SUITE ENQUETE

Au printemps dernier, nous vous avons proposé une enquête au sujet de votre revue Sesaragi ainsi que du DVD fédéral. Nous voulions avant tout remercier les quelques présidents de clubs qui ont pris le temps de répondre à ce questionnaire ; en effet, sur environ 900 clubs, seules 23 réponses nous sont parvenues...

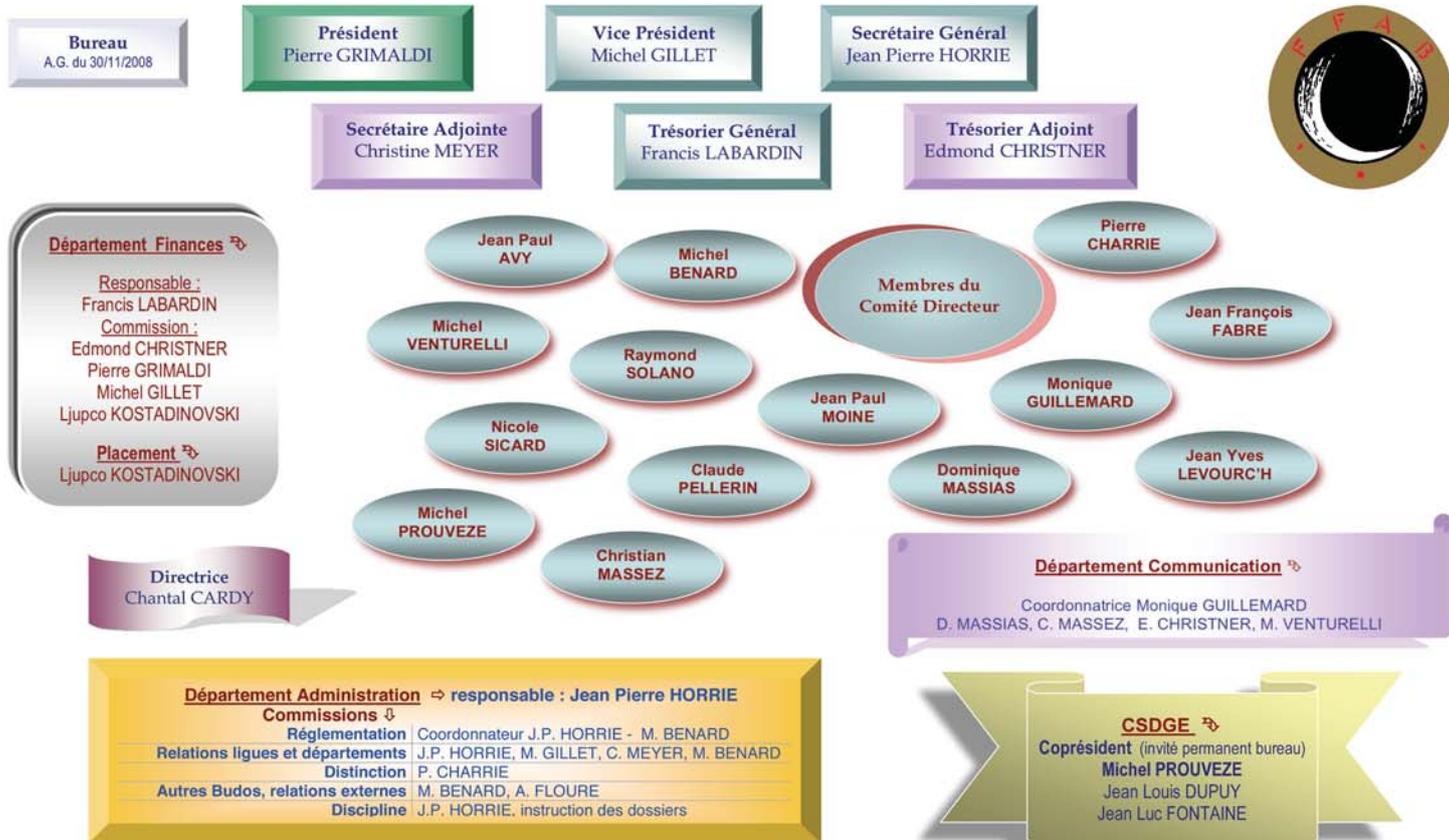
Malgré ce faible retour, qui de fait ne peut être ni représentatif ni significatif, nous avons cependant tenu à considérer avec beaucoup d'attention les remarques et observations émises.

Le Sesaragi se voulant un trait d'union entre vous, les adhérents, et la Fédération, profitez de cette revue pour nous faire parvenir vos souhaits, questions et autres informations ; nous les lirons avec la plus grande attention.

Monique GUILLEMARD, Coordinatrice Département Communication

aïkido

organigramme FFAB



C.T.N.
Maître TAMURA
Invité permanent

Département Technique ⇒ Président : Jean Paul AVY, Président délégué : Jean Yves LE VOUREC'H
Bureau technique ⇒ J.P. AVY, J.Y. LE VOUREC'H, C. PELLERIN, J.P. MOINE, G. MILLIAT, R. DALESSANDRO

Commissions ↓

Haut niveau	Coordonnateur C. PELLERIN - J.P. AVY, J.Y. LE VOUREC'H, M. PROUVEZE
Constitution des jurys	Coordonnateur M. PROUVEZE - rapporteur J.L. FONTAINE
Formation continue prof et juges	Coordonnateur J.Y. LE VOUREC'H - rapporteur J. BARDET J.P. AVY, G. MILLIAT, C. PELLERIN
Calendrier des stages ligues	Coordonnateur M. BENARD - R. DALESSANDRO, J.Y. LE VOUREC'H
Brevet Fédéral	Coordonnateur J. BARDET - rapporteur J.P. MOINE M. GILLET, M.C. VERNE, S. SANS, L. BOUCHAREU, S. SOLLE
Validation Acquis Expérience	Coordonnateur J.P. MOINE - rapporteur M. VENTURELLI
Brevet Etat / DESJESPS, DEJEPS	Coordonnateur J.P. MOINE - R. TROGNON, M. VENTURELLI
Handicap	Coordonnateur R. SOLANO - M.C. VERNE, J.P. PIGEAU, N. SICARD, M. BOUSSAC
Féminines	Coordonnatrice M.C. VERNE - rapporteur D. MASSIAS
Stages nationaux CEN (2 x 7è Dan)	Coordonnateur G. MILLIAT - rapporteur C. PELLERIN J.P. AVY, J.L. FONTAINE, R. VDB, J. BONEMAISON
Formation 3è, 4è Dan	Coordonnateur R. LE VOUREC'H - rapporteur H. AVRIL C. PELLERIN, R. DALESSANDRO, D. ALLOUIS, S. SOLLE, L. BOUCHAREU
Ecole des cadres / CER	Coordonnateur M. GILLET - rapporteur G. OBELLIANNE J.F. FABRE, L. BOUCHAREU, J. BARDET
Seniors débutants	Coordonnateur R. TROGNON - Monique GUILLEMARD
Enfants, jeunes	Coordonnateur J.P. PIGEAU - rapporteur R. DUFFOURS B. ARMAND, F. CAST, A. SOARES, A. BARBAS, X. BOUCHER, B. SIGUESMI, G. FEMENIAS, E. LAMALI, T. LEVOUREC'H, X. DUFAU

Organisme disciplinaire ↻

Jean Pierre HORRIE
Bertrand BIDAULT
Jean Marc CHATIN
Dominique MASSIAS
Christine MEYER



Les nouvelles qualifications en aïkido

par Jean-Paul Moine

Cette saison verra l'arrivée de nouvelles qualifications :

- le Certificat de Qualification Professionnelle « Assistant Professeur Arts Martiaux » mention Aïkido. (CQP APAM)

Qualification de branche professionnelle

- le Diplôme d'Etat Jeunesse Education Populaire et de Sports (DEJEPS) « Aïkido, Aïkibudo et Disciplines Associées »

Diplôme de niveau 3

- le Diplôme d'Etat Supérieur Jeunesse Education Populaire et de Sports (DESJEPS) « Aïkido, Aïkibudo et Disciplines Associées »

Diplôme de niveau 2

**A l'heure actuelle, le B.E.1 est du niveau 4
le B.E.2 est de niveau 2.**

POURQUOI CES NOUVELLES QUALIFICATIONS EN 2009 ?

- mieux prendre en compte la réalité des emplois du monde sportif et associatif (les référentiels des diplômes sont élaborés à partir de la réalité du terrain : le référentiel professionnel décrit les activités des emplois concernés, le référentiel de certification décrit les compétences nécessaires à l'exercice du métier)

- remplacer une évaluation par note et moyenne de notes par une évaluation par compétences.

- individualiser les parcours de formation en particulier par la prise en compte de la validation des acquis de l'expérience (V.A.E.)

- alterner formation et stage auprès d'un tuteur.

QUAND ?

- les textes des Brevets d'Etat d'Aïkido seront abrogés le 1er mai 2012 (à noter que les titulaires des Brevets d'Etat conserveront les prérogatives liées à leur diplôme)

- le C.Q.P. se mettra en place en 2010 / 2011.

COMMENT ?

- en suivant des formations fédérales

- en préparant un dossier de validation d'acquis de l'expérience (V.A.E.).

OU ?

- pour les DEJEPS et les DESJEPS, dans des centres de formation habilités par un directeur de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative.

QUE DEVIENDRONT LES ANCIENS DIPLOMES ?

Les décrets du 15 avril 2009 prévoient des modalités de prise en compte des qualifications actuelles selon différentes procédures :

• EQUIVALENCE :

Le Brevet d'Etat 2ème degré d'Aïkido est équivalent au DESJEPS « Aïkido, Aïkibudo et Disciplines Associées » (article 8 de l'arrêté du 15 avril 2009).

• DEMANDE D'OBTENTION DU DEJEPS :

Un enseignant d'aïkido titulaire du brevet d'état 1er degré peut faire une demande d'obtention du DEJEPS au directeur régional jeunesse et sports de son domicile moyennant certaines conditions : avoir fait au moins 450h d' « encadrement » et de « formation » durant trois ans attestées par le président fédéral (un dossier est en cours d'élaboration, il sera présenté à l'assemblée générale du 21 novembre 2009)

• ALLEGEMENTS :

Le Brevet d'Etat 1er degré d'Aïkido, le Brevet Fédéral, donnent des allègements de formation importants définis par les nouveaux textes en vigueur.

Toutefois, cette procédure oblige à présenter les épreuves d'évaluation prévues en fin de formation.

• DISPENSES :

Un candidat peut être dispensé des exigences préalables prévues pour entrer en formation (expérience d'enseignement, test technique, test pédagogique) du fait de sa possession d'un grade, d'un diplôme d'enseignement. Les arrêtés du 15 avril 2009 l'indiquent explicitement. Par ailleurs, la validation des acquis de l'expérience (VAE) permettra au candidat, au vu d'un dossier écrit, d'être dispensé de la formation d'une unité capitalisable ainsi que de son évaluation. ■

Jean-Paul MOINE

■ AGRÈMENTS & FÉDÉRATIONS : une décision du conseil d'Etat...

Deux fédérations distinctes peuvent tout à fait être agréées pour la pratique d'un même sport, dès lors qu'elles sont réputées en règle d'un point de vue légal... Tel est le sujet qu'illustre parfaitement cet article, extrait de la revue JURIS ASSOCIATIONS n° 403 du 15 juillet 2009 (Décision du conseil d'Etat) :

« Aucune disposition législative ou réglementaire ne fait obstacle à ce que plusieurs fédérations soient agréées pour la pratique du même sport, dès lors qu'elles satisfont aux conditions légales. En refusant d'agréer une fédération sportive au motif qu'une autre fédération, plus importante, détenait déjà un agrément pour la pratique du même sport, le ministre chargé des Sports commet une erreur de droit : "Considérant qu'il ressort des pièces de ce dossier que, pour refuser de délivrer l'agrément demandé par la Fédération de snowboard pour la pratique du surf des neiges, le ministre, qui admet que cette fédération remplissait les conditions requises par le décret [...] du 13 février 1985 relatif à la délivrance de l'agrément, s'est fondé sur la circonstance qu'une autre fédération, plus importante, détenait déjà un agrément ministériel pour la pratique de ce sport ; qu'ainsi, en refusant pour ce motif de délivrer l'agrément demandé, le ministre a commis une erreur de droit ; que par suite, la fédération requérante est fondée à demander l'annulation de la décision attaquée".

CE 8 février 1999, n° 169090 175170, Fédération de snowboard » ■

Stage annuel fédéral « santé et aïkido » : le relâchement des épaules

« Si l'intention est d'attraper, de saisir, d'appliquer une technique bien particulière, ou d'obtenir un grade par exemple, il n'y a pas de spontanéité et ce n'est plus de l'Aïkido.

L'Aïkido est une adaptation immédiate à une attaque, à une situation. Pour cela, il faut être libre. Pour être libre, il faut être relâché musculairement et aussi détaché psychiquement de la notion de recherche d'un résultat. (...) »

Tamura Senseï

Fin mars 2009, à Bras, une petite trentaine de pratiquants ont participé à deux journées de recherche et d'échange sur le thème de l'année, le relâchement des épaules, suite logique des sujets précédents (la respiration, le cœur, le relâchement musculaire).

Jean-Paul Avy et Corine Masson ont proposé une approche du relâchement par le travail essentiel, majeur, indispensable, de Sotai Dosa.

Forger ensemble le corps et l'esprit, la stabilité du mental, la respiration, l'élaboration du corps, mettre en place les pré-requis nécessaires au relâchement, thème central du stage de cette année plutôt que multiplier l'étude de techniques d'aïkido.



Jean-Paul a travaillé sur des saisies Aihanmi Katate Dori, Kata Dori, Kata Dori Men Uchi pour un travail d'Irimi et de Tai Sabaki (Sumi Otoshi, Sankyo servant de support). Ce travail a permis de sentir immédiatement si les épaules étaient relâchées... ou ne l'étaient pas ! Les exercices proposés par Corine allaient dans le même sens de recherche du relâchement des épaules par un travail sur les sensations et l'harmonisation des deux partenaires. Corine a proposé d'une part une approche par Kata Dori Men Uchi Ikkyo, Kaiten Nage, Shiho Nage, d'autre part une approche face à face en seiza, sans saisie, d'inspiration Kokyu Ho pour une harmonisation des gestes de chacun et un travail au sabre dans le même esprit.

Pour la première fois une intervention de laïdo a eu lieu. Carl Bouchaux, délégué par Michel Prouvèze, a proposé une pratique simultanée, en raison de l'espace vite exigu lorsque chacun manipule une arme, rendant l'aspect sécurité prioritaire, même si le

corps médical était particulièrement bien représenté au sein des pratiquants !

L'objectif de la pratique était double : permettre à chacun de ressentir seul et à son rythme les tensions au niveau des épaules pour mieux "détensionner" et permettre à tous de repartir avec un minimum de bases à retravailler ensuite dans son dojo.

L'accent a donc été mis sur la saisie correcte du sabre (Te No Uchi) et sur le dégainer / rengainer (Nuki Tsuke / Notto). Certains pratiquants découvraient complètement ce travail de base alors que d'autres le maîtrisaient déjà bien. Tous l'ont consciencieusement réalisé avec le regard du débutant, ce qui était vraiment remarquable.

Hervé Schmidt a apporté sa contribution sur la physiologie et l'anatomie fonctionnelle de l'épaule, les relations entre la contraction musculaire et le système neuro-végétatif.

L'autre originalité du stage a été la contribution de Thierry Waymel, kinésologue sportif, qui a évoqué l'interférence entre les processus intérieurs du corps et le tonus musculaire.

Le prochain stage aura lieu à Bras, les 6 et 7 février 2010, sur le thème de l'hydratation, en lien avec le thème technique de l'année : « Pratique et enseignement ».

Les comptes-rendus des stages peuvent être obtenus sur demande aux membres de la commission médicale via le site de la FFAB. ■

Nicole SICARD
Jean-François FABRE

P.S. :

Pour information, Thierry Waymel, lors de son intervention, a fait référence à l'un de ses livres: « Etirement – source d'énergie ». Cet ouvrage est à commander directement à l'auteur.

Cran-Gevrier

Un festival pas comme les autres...

Après Cannes, Avoriaz et Deauville, Cran-Gevrier fait son festival en accueillant du 2 au 5 juillet, la troisième Université d'été d'Aïkido organisée par la Fédération Française d'Aïkido et de Budo.

Placé sous la haute autorité du bureau fédéral et présidé par Pierre Grimaldi, le jury propose en cette année 2009, une sélection de films thématiques d'une grande diversité dont la richesse ravira les festivaliers venus de France et de Navarre.

Une sélection officielle engagée : ici, pas de "blockbuster" renfloué à coup d'effets spéciaux, pas de cascadeur professionnel, pas d'acrobate mais des œuvres sincères dans lesquelles la force physique a depuis longtemps laissé place à la recherche du relâchement et de l'harmonie.

Un grand moment du festival avec les arrivées successives des réalisateurs et leur montée sur le tapis bleu-vert du *Palais des arts martiaux du Vernay*.

En lice cette année et présentant leur film :

Claude Pellerin avec « **Pas pousser, pas tirer, pas penser** » Thriller haletant dont les seules victimes sont les tensions musculaires et l'arme du crime : le *suburi*. Le coupable quant à lui court toujours...

Didier Allouis propose « **La coupe est pleine** » Dans la digne lignée asimovienne, ce film de science-fiction voit le réalisateur revisiter les lois du vide et de la pesanteur.

Jean-Yves Levourc'h signe « **Le menhir ou la plume** » Une histoire contemporaine dont la chute en douceur est une leçon pour chacun.

René Trognon défend « **Senior et débutant : j'ose !** » Basé sur une œuvre de Robert Misrahi, ce long-métrage est une ode à la vie, au bonheur de partager et sans doute aussi une invitation au partage du bonheur.

Gilbert Milliat présente « **Le plaisir dans la simplicité** » Conte fantastique dont le héros nous rappelle un certain Zarathoustra arpentant le monde, l'expérimentant au fil des rencontres et le recentrant sur l'essentiel.

Jean-Pierre Pigeau nous offre « **Guider n'est pas jouer** » Véritable clin d'œil aux théories piagétiniennes, ce film d'animation éducatif est un condensé d'ingéniosité captivant les jeunes spectateurs qui deviennent rapidement acteurs de leurs apprentissages.

Jean-Paul Moine et René Trognon « **Etre vaut mieux que paraître** » Après le succès du premier opus « Ma fiche, mon combat. », les deux réalisateurs s'associent à nouveau pour emmener les enseignants en devenir sur les chemins de la sincérité.

A noter aussi les présences remarquées de Michel Gillet et Michel Prouvèze pour le plus grand plaisir des festivaliers.

Après quatre jours de projection, de travaux studieux, d'échanges d'expériences et de débats constructifs, le jury a dû rendre un verdict et désigner un lauréat. Sans surprise, le choix s'est une nouvelle fois porté sur une récompense collégiale saluant ainsi la recherche et les efforts de chacun, très, très loin des idées de compétition.

Peu pratique pour se déplacer au quotidien, le partage de cette « zoori d'or 2009 » a néanmoins l'avantage de réaffirmer certaines valeurs essentielles de l'Aïkido comme le respect des autres, de son environnement et a fortiori de soi-même.

Ce festival mené tambour battant aura aussi été le théâtre de grandes tablées festives. Les mets, à la hauteur de la bonne humeur, auront su séduire les papilles de chacun. Des spécialités dégustées sur les



hauteurs surplombant le Lac d'Annecy à la paëlla préparée dans le Haras local, tout aura été réuni pour parfaire un évènement exceptionnel.

Un grand merci à l'équipe de Cran-Gevrier pour son accueil si chaleureux, sa disponibilité et une organisation sans faille.

Un grand merci aussi au bureau fédéral de la FFAB pour l'organisation de cette Université d'été, moment privilégié d'échanges et de formation pour les enseignants et ceux qui souhaitent le devenir.

Rendez-vous est pris pour la prochaine édition du festival et en attendant je vous laisse avec ces quelques mots de Jean-Luc Godard : « Quand on va au cinéma, on lève la tête. Quand on regarde la télévision, on la baisse. »

THE END

Gabriel FÉMÉNIAS

Un vrai stage d'Aïkido

par Marie-Christine Verne



Une nouvelle fois, Mariko TAKAMIZO sensei est venue séjourner en France.

Cette invitation, nous la devons à TAMURA Sensei qui a aimablement formulé cette demande auprès du DOSHU lors du dernier Congrès International de la FIA en octobre 2008 à Tanabé au Japon.

Ainsi la commission féminine de la Fédération Française d'Aïkido et

Budo (FFAB) a pu accueillir de nouveau Mariko san en mars 2009.

Merci à chacun d'avoir permis que ce séjour puisse avoir lieu.

Cette fois-ci, notre rencontre s'est faite à l'aéroport : salutations à la japonaise et bonjour à la française... Et nous voilà partis en direction de l'ouest, vers Coulaines (Sarthe) plus exactement, où va se dérouler le stage.

Ah, j'oubliais de vous dire, Tamura Sensei et Mme Tamura étaient arrivés de Marseille, une petite heure avant.

C'est donc une sacrée équipée qui se met en route ; d'ailleurs chemin faisant, je me suis dit : "et si j'ajoutais le nombre d'heures de pratique de l'aïkido pour l'ensemble des personnes présentes"... mais j'ai vite arrêté au risque de m'assoupir au volant !

Autant dire que la perspective d'un stage co-animé par deux experts japonais présageait du caractère exceptionnel de l'évènement. Cela s'est confirmé, près de 300 personnes sont venues pratiquer; licencié(e)s originaires de la région des Pays de la Loire mais aussi d'endroits variés voire très éloignés en France.

L'intitulé de ce stage — stage national féminines — restait complexe à objectiver. Il n'existe pas d'aïkido féminin, pas de catégorie alors pas question de spécifier ce qui ne l'est pas. Pourtant la discipline catégorise lorsqu'elle propose si peu d'enseignantes et de pratiquantes de haut niveau sur le tatami ; de toute évidence sur ce point, nous devons progresser...



Mais revenons à ce stage de Coulaines, ce fut un vrai stage d'aïkido sans catégorie.

Il y a avait des femmes, des hommes, des seniors, des enfants... et même de jeunes débutants à qui il faut apprendre comment mettre leur ceinture !

Oui, ce fût un aïkido plus "humanisé" que d'habitude. Beaucoup sont venus me dire combien ils avaient apprécié l'ambiance... et la simplicité des Sensei japonais avec qui ils ont pu pratiquer!

En effet, il y eu des temps de pratique sous la conduite de l'experte japonaise Takamizo Sensei qui intervient à l'Aïkikai de Tokyo. C'est très rare ; pour beaucoup, ce fût une découverte. Il est important de voir à



quel point les bases et la précision sont nécessaires dans le mouvement. Des temps de pratique aussi avec Tamura Sensei que l'on connaît un peu mieux car il vit en France depuis 1964. Cela ne veut pas dire pour autant que nous captions tout, loin s'en faut, je crois même que par moments il doit désespérer... mais toujours dans la joie et la bonne humeur !

Oui vraiment, ça a été un stage sans catégorie, transversal comme on dit maintenant, nous avons passé beaucoup de temps sur le tatami mais cette bonne humeur s'est agrémentée de temps "off".

Nous nous trouvions dans une région où il est coutumier de faire bonne chère. Il faut être honnête, nous avons passé quelques heures à table, culture française oblige ! Je crois que TAKAMIZO sensei s'est laissée porter par l'expression de cette convivialité et pour le couple TAMURA, je peux dire sans trop m'avancer que ce sont des convertis. Allez tenez, un bouquet de saveurs : rillettes de la Sarthe, poule au cidre, tarte aux pommes... et là où la cuisine de terroir s'arrête, commence l'amitié régionale pour choisir la boisson de Bacchus en accompagnement.



Nous parlions culture, nous ne pouvions oublier le patrimoine. Bien évidemment nous avons visité la cathédrale de Chartres et ses splendides vitraux. Bien qu'il existe une foule de merveilles où se balader : l'abbaye de l'Epau, celle de Fontevraud, les châteaux de la Loire, il nous aurait fallu un séjour notablement plus long pour visiter ce florilège.



Plusieurs fois, nous avons arpenté le Vieux Mans, passant du pied des remparts de l'époque gallo-romaine aux ruelles de l'époque médiévale. Nous nous sommes arrêtés devant la Maison Rouge, la maison du bourreau ; rouge, car de retour d'une exécution, il essayait sa hache sur le mur ! Mais les époques changent, du moins je l'espère, et l'art martial a pris la place de cette brutalité envers l'autre ; c'est du moins ce que nous transmet Tamura sensei lorsqu'il nous invite à une pratique tonique mais néanmoins relâchée. Cet aïkido s'inscrit dans la pensée d'O Sensei, une pensée tranquille et pacifique face au conflit que représente l'attaque d'Aïté. Alors dans cette détente peut s'exprimer une martialité digne de ce nom. Devenir un corps/esprit à l'identique d'une lame qui coupe calmement avec justesse dans la situation. .../...

aïkido

stages clubs et ligues

Que je vous parle du café'm — réunion de la commission des féminines — qui a suivi le repas commun du samedi midi. Tamura Sensei a tenu à exprimer cet état d'esprit, à rappeler que la sincérité de notre pratique est garante de l'envie que l'on peut susciter chez l'autre à pratiquer cette discipline. Est-ce pour nous plaire qu'il a exprimé son sentiment au sujet de la perception assez juste de l'aïkido par les femmes, en tout cas il avait l'air convaincu ! Mais au-delà de cette rencontre, ce stage est depuis quelques années le temps d'une rencontre annuelle à Bras, au dojo Shumeikan où enseigne régulièrement Tamura senseï.

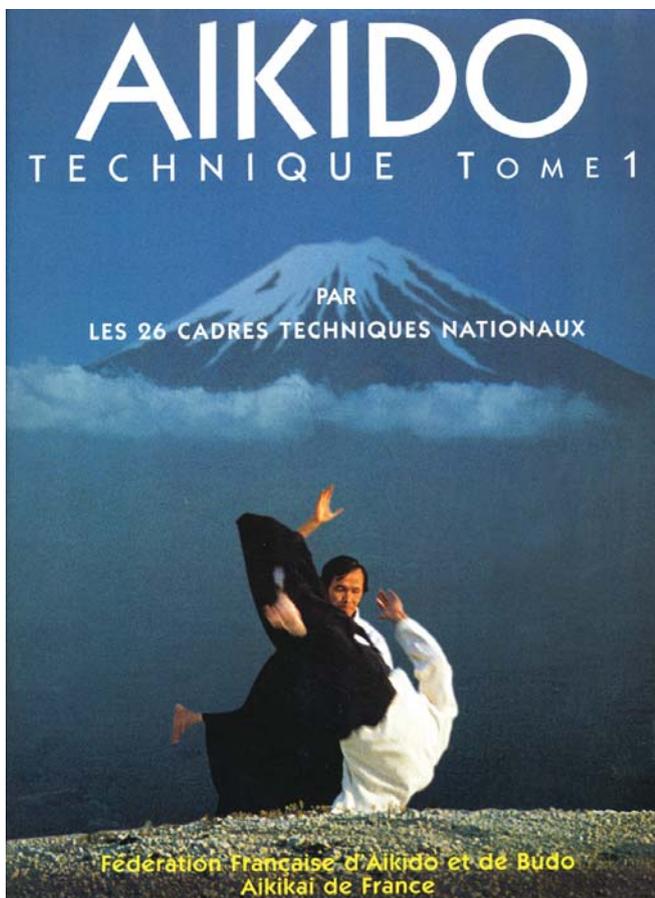
Ce lieu est un dojo mais aussi un lieu de vie. Sans doute, ces séjours nous aident à comprendre ce lien entre vivre en keikogi et vivre tout court, et à en saisir des enseignements.

Car il est probable que dans le commun et l'ordinaire se niche la possibilité d'envisager les causes premières et le fondement des valeurs humaines.

Toujours, Rumiko Tamura san est présente pour accompagner discrètement ces temps de vie. Toujours, TAMURA senseï, bienveillant, nous reprend et nous pousse à progresser. Il convient de les remercier de nous donner accès à cela.

Il s'agit aussi de remercier TAKAMIZO Sensei pour ce nouveau temps de partage parmi nous ; d'ailleurs, Midori ne s'est pas trompée lorsqu'elle a souhaité la remercier. Oui, à mi-chemin du long tatami de Coulaines, elles se sont rencontrées pour se saluer.

Marie-Christine VERNE



Un livre, toutes les techniques, du début à la ceinture noire...

- Pour la première fois dans l'histoire, 26 spécialistes de haut niveau rassemblent leurs compétences dans un ouvrage qui au travers de 1600 photos, dévoile les techniques fondamentales de l'Aïkido.

En filigrane apparaît le génie créateur de celui qui inspire et dirige cette équipe au sein de la Fédération Française d'Aïkido et de Budo, Aïkikai de France, Maître Tamura, 8^{ème} DAN de l'Aïkikai de Tokyo, responsable de la diffusion de l'Aïkido en Europe.

- 224 pages - format 24 x 32 cm - Papier couché 150g - Plus de 1600 photos - Couverture couleur.

26 € - Photos René BONNARDEL
Disponible auprès du secrétariat de la FFAB
Tél. 04 98 05 22 28

Pratiquer l'Aïkido au 3ème millénaire

par René Trognon

Tradition et modernité

A voir les pratiquants impeccablement alignés, avec leurs kimonos immaculés et leurs hakamas dans un silence impressionnant, à contempler les longs saluts cérémonieux, on se croirait revenu à une autre époque, dans un autre lieu. C'est du moins ce que pense le spectateur non initié. Pour lui, l'Aïkido semble englué dans le passé, la tradition. Un art martial, certes, mais de quelle utilité en cas de conflit, à l'heure de la bombe et de la mitraille ? Ramener l'art martial à l'efficacité défensive est une erreur qui dénature la discipline.

Face aux agressions du monde moderne dans tous les domaines : bruits, concurrence, pouvoir de l'argent, agitation, environnement, atteintes corporelles, etc., l'Aïkido propose une autre solution que l'écrasement du plus faible : construire un homme à la force sereine, sans agressivité, mais prêt à réagir grâce à son équilibre mental, corporel et relationnel.

Le but n'est pas la compétition, la victoire sur l'adversaire, mais la mise à l'épreuve de soi-même et de l'aptitude à remonter la pente pour retrouver l'équilibre un instant menacé.

C'est le sens même de la chute. Toujours tomber et toujours se relever.

Se connaître soi-même et s'améliorer, sans violence. C'est la raison pour laquelle l'Aïkido peut convenir à tous : enfants, hommes, femmes, personnes âgés.

Aïkido et Seniors débutants

Ayant lancé depuis peu l'Aïkido pour les seniors grands débutants (certains débutent à plus de 70 ans), j'ai été fasciné par le changement qui s'est opéré. Face aux rieurs qui comprennent mal cette démarche, Maître TAMURA, que je suis fidèlement, a répliqué "On peut pratiquer l'Aïkido de la petite enfance à la mort". Au lieu de se recroqueviller, les anciens se redressent (shizei), ils osent à nouveau sortir, entreprendre (irimi) et adopter leurs comportements à l'environnement en un coup d'œil (ma ai).

Je ne sais s'ils auraient une grande efficacité combative, mais je sais qu'ils développent là une forme fondamentale de la martialité dans la vie quotidienne.

Peu importe le point d'arrivée, ce qui compte, c'est le chemin parcouru depuis les débuts en Aïkido.

Se connaître soi-même et se modeler pour progresser, c'est paradoxalement, par le respect le plus total de la tradition, de reisiki et

la répétition systématique des mouvements que le transfert s'opère et permet d'aborder sereinement les agressions de la modernité.

Globalité de l'être

Le point le plus important dans cette évolution semble lié au concept de la globalité de l'être. La France, pays de Descartes a créé des spécialités du corps, des spécialités de l'intellect et des spécialités de l'affectif. Certes, l'homme est organisé en trois systèmes :

- le cerveau primaire (le corps)
- le cortex (l'intellect)
- le système glandulaire et hormonal (l'affectif).

Mais, les trois entretiennent d'étroites relations (un choc affectif peut déclencher un cancer. Un enfant qui assimile mal les mathématiques élémentaires est souvent un enfant qui se situe mal dans sa fratrie). Pour vieillir harmonieusement, il convient de ne négliger aucun des ces trois systèmes. Que l'intellect ne travaille plus, le corps et l'affectif (sentiments / relationnel / sexualité) en subiront les conséquences. L'Aïkido met en place un être global où les trois composants se développent harmonieusement, interagissent et permettent de découpler l'énergie.

En guise de conclusion

L'Aïkido exorcise rituellement la violence par une violence codée pour que l'autre ou soi-même puisse apprendre à rentrer dans la vie en esquivant avec amour : changer de place, ne jamais perdre, décourager l'agression et harmoniser.

Cet art le plus traditionnel est certainement

le mieux adapté à la modernité.

Traditionnel, parce qu'il revient à l'essence même de l'attitude primitive : se confronter à la vie, sans écran de protection, à mains nues.

On l'avait peut-être oublié avec les jeux virtuels qui donnent l'illusion de la puissance tout en entretenant l'agressivité.

La redécouverte de l'unité perdue passe par la négation de cette paranoïa.

Et, dépouillé de l'agression quotidienne et des nuisances du conditionnement à l'émulation et à la gloire, se retrouver dans la beauté pour se modeler comme un objet d'art spirituel et performant avec les autres : TOUT UN ART.

René TROGNON



Miroirs de l'Univers : entre orient et occident, hier et aujourd'hui

par Patrick Bordeaux

Ce titre obscur mérite un éclairage. Il y a quelque temps, des personnes avec qui je parlais de la nécessité de partir à la découverte de la culture japonaise pour qui veut mieux comprendre l'aïkido m'ont répondu : « alors cela vient totalement de l'étranger, il n'y a rien de chez nous ! Qu'est-ce qui peut vous pousser à pratiquer cela ? ». Cette réponse a provoqué chez moi des questionnements en tant que pratiquant, qu'occidental, mais aussi en tant qu'historien. Certes il est nécessaire de se pénétrer de la culture du pays d'où est né l'aïkido, voire d'élargir à l'étude des modes de pensée extrêmes-orientaux qui nous sont, on l'affirme, si étrangers.

Pourtant O Senseï croyait en l'universalité des principes de l'Univers. De fait, l'aïkido a pris racine dans le monde entier, et l'occident n'est pas en reste. La plupart des ouvrages qui abordent la question des principes de l'univers et de leur rapport avec l'esprit de l'aïkido se fondent sur la pensée orientale. Les symboles, attributs ou concepts sont inspirés des mythes et de la culture asiatique.

Il m'a paru utile (non inutile du moins) de m'interroger sur ce qui, pour un occidental, dans nos cultures propres, pouvait faire écho à ces principes, expliquant peut-être par là l'engouement particulier qu'a reçu l'aïkido sous nos latitudes. Je n'ai aucunement la prétention de répondre pleinement à cette vaste question, juste les désirs conjoints d'approfondir ma propre recherche (de débutant qui plus est), et d'apporter quelques éléments de réflexion.

Si l'on compare les cultures extrêmes-orientales et occidentales actuelles, il est un fait qu'elles sont fort différentes. Dans les premières, nombre d'éléments et de croyances traditionnelles multi-séculaires sont encore présents, la société en est imprégnée. Dans la seconde, depuis environ deux siècles, les traditions se sont peu à peu estompées, la « foi » en la Science ayant peu à peu repoussé en marge les traditions ou croyances anciennes. En orient, le religieux ou le spirituel imprègnent encore la société au quotidien, ce qui apparaît beaucoup moins sensible, ou plus diffus, en occident. Mais il n'en a pas toujours été ainsi. Il peut être intéressant de remonter le temps, de s'informer des perceptions de l'Univers qui existaient autrefois, de la façon dont elles s'exprimaient... et de tenter de déceler si des traces n'en sont pas encore présentes de nos jours. Le Moyen Age sera notre source, parce que fondé sur une seule religion exclusive qui a profondément marqué l'occident durant des siècles, et parce que nombre de traces réelles et imaginaires de cette longue période (monuments, images, chevaliers...), parfois mêlées, nous entourent.

A cette époque, à côté d'une pensée logique, rationnelle et scientifique existait une autre forme de perception du monde : la pensée symbolique. La société en était profondément imprégnée, les deux « systèmes » cohabitèrent, malgré leurs oppositions, pendant des

siècles. La pensée symbolique considère que le vrai ne se trouve pas dans la mise en ordre de concepts et d'idées claires et distinctes, mais est enfoui dans la chair du visible et est mystérieusement désigné par des symboles. La vérité se trouve donc dans des signes distribués dans le sensible, la Nature, le cosmos, l'histoire. La fonction de l'homme médiéval est donc en premier de lire ces signes, de les dévoiler pour tenter de saisir le divin. Ces signes parlent parce qu'ils sont portés par la parole originelle dont ils sont l'expression finie. Comme le disait un auteur de l'époque : « Nous voyons maintenant à travers un miroir et des énigmes », comprendre le sacré nécessite de dialoguer avec l'Univers en jouant avec le caché et le dévoilé. Il n'est pas étonnant qu'un auteur du XIII^e siècle donne pour titre au livre résumant la somme des connaissances de son époque « Le Miroir Universel » divisé en quatre parties : Miroir de la Nature, Miroir de la science, Miroir moral, Miroir historique. Prenons quelques exemples, et tentons d'observer quelques parallèles avec la culture asiatique.



Dans le domaine du langage, on était très sensible à l'analogie entre les mots. Ce n'était pas un jeu mais une réalité ; les mots sont évidemment considérés comme des créations divines.

Noix en latin se disait nux, le rapprochement avec le verbe nocere qui signifie nuire, faisait dire à la tradition populaire que rester sous un noyer rend malade, ou même fou. Le cerf se disait Cervus, le rapprochement avec le Sauveur (le Christ) Servator/Servus, a fait de



Tout le matériel pour
la calligraphie asiatique

Tout le matériel pour
les Arts Martiaux

WWW.LESABREETLEPINCEAU.COM

LE SABRE ET LE
PINCEAU

23bis, Avenue Gallieni
83110 Sanary-sur-Mer

tél : 04 94 07 73 44



Miroirs de l'Univers : entre orient et occident, hier et aujourd'hui

(suite)

cet animal le symbole de celui qui conduit vers le divin, il mène vers la source de toute chose et court sans relâche sans se détourner de sa route ; adulte, il possède dix cors (il y a dix commandements dans la Bible). Dans les scènes de chasse, son sacrifice sauve.

Ce principe reposant sur l'analogie des mots fonctionne aussi pour certains saints protecteurs : pour les maladies des yeux on prie sainte Claire en France, sainte Lucie (Lucia = la lumière) en Italie ou saint Augustin (Augen= les yeux) dans les pays germaniques.

Ce principe utilisant l'analogie verbale se retrouve aussi au Japon où il est d'usage d'offrir un cadeau à sa famille lorsque l'on revient de voyage, ou à des amis s'ils nous invitent chez eux. Mais il convient de bien faire attention de ne pas en offrir quatre : le mot shi signifie aussi bien « quatre » que « mort ».

Les mathématiques sont un domaine riche d'exemples, aussi bien pour l'arithmétique, que pour la géométrie ou même la musique. Les nombres sont des composantes de l'Univers, en Occident ils sont une création de Dieu comme le reste. Ils ne représentent pas que des quantités mais ont un sens plus profond. Les formes géométriques sont de la même essence, ainsi que la musique reposant sur des rythmes et des écarts de notes, des intervalles, des espaces. Ces éléments sont des parties intégrantes de l'Espace et du Temps.

Le chiffre 1 exprime l'unique, c'est l'origine, le centre, celui d'où tout part et où tout revient. Le cercle lui est associé, tracé à partir du centre, son périmètre n'a ni origine ni fin : il est infini comme le ciel ou Dieu. Le chiffre 4 exprime l'espace où se meut l'homme sur terre entouré des saisons, des points cardinaux... L'homme, dont le corps est une combinaison des quatre éléments, vit dans cet espace et a quatre membres. Son but est de s'élever spirituellement en suivant les textes sacrés (il y a quatre évangiles) et en cultivant des vertus (entre autres les quatre vertus cardinales : force, justice, espérance et tempérance) pour atteindre le paradis où coulent quatre fleuves. Les figures quadrangulaires lui sont associées. En résumé, l'homme doit passer du carré...au cercle. Les églises, dans leur conception architecturale, sont composées pour l'essentiel de ces deux formes géométriques : la nef est rectangulaire, le chœur est semi-circulaire (le plus souvent), de même en hauteur, la voûte courbe repose sur un espace cubique ou parallélépipédique.

La conception de la forme de l'univers est presque identique en Asie. Ainsi, en Chine, le premier empereur Qin Shi Huangdi (221-210 avant JC) dans sa volonté de montrer que son empire était au centre de l'univers éternel, créa une monnaie circulaire percée d'un trou carré.

Un autre bon exemple de l'utilisation symbolique des nombres et des formes se trouve dans le jeu multi-séculaire de la marelle (on en trouve trace depuis le XII^e siècle au moins) dans lequel il s'agit bien d'aller de la terre au ciel, à cloche-pied pour trouver le bon



2

« équilibre », en jetant et ramassant « sa pierre » (le terme de marelle vient de méreau : jeton, pierre), allant puis revenant et repartant, dans un espace formant une croix dessinée au sol par des carrés successifs, le ciel « final » étant semi-circulaire. En résumé : le chemin de la vie spirituelle portée par le corps, se pénétrant des quatre directions, suivant une voie empli de symboles reliant l'homme à la création divine. Les chiffres ont ici un sens : les marelles comportent 8 ou 9 « cases », il s'agit d'aller en progressant d'étape en étape, mais pour éviter tout orgueil de revenir à chaque fois à l'origine. Le 8 ou le 9 atteint, on ne peut parvenir au monde céleste, à la plénitude de l'univers, qu'en revenant encore une fois à l'origine. En effet croire que le 8 (chiffre de la perfection) ou le 9 (la perfection de la perfection) sont un aboutissement, serait une erreur. Il est bon de noter que le 9 multiplié par n'importe quel autre chiffre ou nombre ne donne que lui-même ($9 \times 5 = 45 \rightarrow 4 + 5 = 9$; $9 \times 142 = 1278 \rightarrow 1 + 2 + 7 + 8 = 18 \rightarrow 1 + 8 = 9$...) : c'est une perfection qu'il faut dépasser ou elle devient enfermement sur soi. Pour cela il faut revenir au 1 originel et lui adjoindre le 0 de l'infini : alors s'ouvrent les portes de l'éternel et de la spiritualité. Le carré et ses directions marquées laisse la place au cercle à la fois multidirectionnel et sans directions marquées partant du centre.

Il est frappant de voir dans les théories de l'ancienne arithmosophie (la sagesse des nombres) une similitude avec ce que Senseï écrit sur le sens des dans en aïkido.

Cette forme de pensée occidentale, est peu connue du grand public. La raison en est qu'elle a complètement disparu. Il en reste cependant de nombreux vestiges que la plupart d'entre nous ne savent déceler. Elle offre des points de comparaisons intéressants avec la culture extrême orientale traditionnelle malgré les différences fondamentales de conception de l'Univers. Il en reste cependant des traces autour de nous qui peuvent être sources de réflexion actuelle. La place me manque dans Séséragi pour approfondir le sujet, j'y reviendrai peut-être une prochaine fois ; en attendant, je tenterai de compléter le sujet dans la revue Shumeikan en la nourrissant d'exemples illustrés. ■

Patrick BORDEAUX
Aïkikai de Tours

Légendes des photos :

1 - Chapiteau de la chasse, abbaye de Marmoutier, XI^e siècle

2 - Monnaie chinoise, époque Qin, III^e siècle av JC

Le Numéro 3 de la revue Shumeïkan est disponible !

En créant la revue Shumeïkan, l'un des enjeux était d'en faire un espace d'échanges, contribuant à la volonté de transmission de Maître Tamura. Vous l'avez clairement perçu, et grâce à votre réactivité en tant que lecteurs, Shumeïkan va adopter le mode vivant et interactif souhaité par Senseï. Ainsi, vous trouverez dans la rubrique « Dialogue et Transmission » plusieurs réponses de Senseï à vos questionnements. Nous avons précisé brièvement les questions, pour une meilleure compréhension. D'autres réponses sont d'ores et déjà en préparation pour les prochains numéros.

Par ailleurs, nous avons eu la chance de rencontrer longuement Yamada Shihan, à l'occasion de l'un de ses stages récents en Europe. Maître Yamada a fait preuve d'une grande ouverture en nous éclairant sur certaines de ses préoccupations actuelles concernant l'évolution de l'Aïkido.

A cette occasion, je tiens à le remercier de la rencontre si chaleureuse qu'il a su créer. Il en résulte une interview qui me semble riche, et dont j'espère qu'elle vous intéressera. Nous tenterons de prolonger le questionnement soulevé par Yamada Shihan dans les numéros à venir. Enfin, lorsque nous en avons la possibilité, nous essayons de mettre en exergue un fil conducteur pour chaque numéro de la revue. Il s'agit en l'occurrence de la conception orientale du « vide et du plein », de la

notion de « Mu ». Vous trouverez ainsi des explications de Senseï à ce sujet et plusieurs textes (rubriques « culture » et « santé-énergétique ») qui abordent cette thématique.

Xavier BOUCHER

ET LE NUMERO 4 EST EN PREPARATION ...

Dialogue et transmission

Notion de Purification – Tamura Shihan

Réponses à vos questionnements – Tamura Shihan

Dojo : sens, pratique, enseignement

Transmettre l'héritage de O'Senseï – Tamura Shihan

Points de vue d'experts

Développer le relâchement – Deux points de vue de nos CEN

La recherche du relâchement – L.Tamaki

Eclairages culturels

Moments de transmission au Shumeïkan Dojo, autour du nouvel an...

Fêtes traditionnelles japonaises

La forge des lames japonaises

Santé – Énergétique

Aïkido-Massage : Synergie...

(Sommaire communiqué sous réserve de modifications)

QUELQUES DATES DE STAGES À RETENIR

• DECEMBRE 2009

19-20 : Maître Tamura à Bras - Osoji

29-31 : Maître Tamura à Bras - Etsunen Geiko

• JANVIER 2010

13-15 : Maître Tamura à Bras - Kagami Biraki

INFOS PRATIQUES : COMMENT SE RENDRE À L'ENA A BRAS (83)...

• Il existe une navette qui assure toutes les 20 minutes la liaison Aéroport de Marignane > Gare TGV d'Aix-en-Provence (dans les 2 sens).

• Un bus effectue le trajet Gare TGV d'Aix-en-Provence > Saint-Maximin (dans les 2 sens) : Dép. Gare TGV tlj 12:55 - 15:20 + sam. 20:55 / Dép. Saint Maximin tlj 9:10 - 12:30 + sam. 18:00. Une ligne de bus assure par ailleurs une liaison régulière entre la Gare Saint-Charles à Marseille et Saint-Maximin.

• Enfin, depuis Saint-Maximin, la ligne de bus n° 55 dessert Bras : Saint-Maximin > Bras tlj 7:35 - 12:40 - 18:00 / Bras > Saint-Maximin tlj 7:15 - 14:00

Formulaire d'adhésion / Saison 2009-2010

Devenez membre de l'Ecole Nationale d'Aïkido en renvoyant ce bulletin complété à :

M. Jean-Pierre HORRIE, Trésorier - 20, rue Michel Ange - 80080 AMIENS

Formulaire d'adhésion / Saison 2009-2010

Renouvellement

Nouvelle Adhésion

Renouvellement carte (si carte complète)

• Cotisation annelle : Membre adhérent = **16 euros minimum** Montant versé =

Membre bienfaiteur = **154 euros minimum** Montant versé =

Chèque à l'ordre de l'E.N.A. Réception le : A.R. le

Ou pour faciliter le virement de la cotisation depuis l'Etranger :

code IBAN : FR76 3000 4001 0100 0100 8922 893 - BIC : BNPAFRPPAMS

N° Membre (obligatoire si renouvellement) :

NOM de l'Adhérent à l'ENA (club ou personnel) :



ECOLE NATIONALE D'AIKIDO

Les Allées - 83149 BRAS

Tél : 04 94 69 94 77

Pour un renouvellement, remplir si dessous si modifications

Adresse :

Code Postal : Ville : Pays :

Date de naissance :

N° Tél : Adresse E-mail :

Club : et ligue d'appartenance :

Stage Européen de Kyudo à Francfort-sur-le-Main (Allemagne)

« Nous allons travailler la fluidité et la beauté dans le Kyudo. Si vous respectez les aspects techniques du tir et Rei (étiquette) alors vous allez développer en vous Shin (Vérité), Zen (Bonté) et Bi (Beauté). Si ces trois Valeurs vous accompagnent dans votre pratique, alors vous allez améliorer le caractère de votre tir (Shakaku) et la noblesse de votre tir (Shahin). C'est ainsi que vous allez progresser grâce à votre pratique du Kyudo. » Voilà, de mémoire, le discours introductif d'un grand maître de Kyudo pendant le 28e séminaire de Kyudo organisé par la Fédération Européenne de Kyudo (EKF).

Depuis 1980, 28 stages européens avec l'ANKF

L'ANKF (All Nippon Kyudo Federation) participe activement et depuis longtemps au développement du Kyudo en Europe. Une fois par an, quatre ou cinq hauts gradés de Kyudo (Hanshi 8e dan ou plus) viennent transmettre leur enseignement aux pratiquants européens. Le premier point à noter est que leur transport aérien depuis le Japon et leur hébergement en hôtel est aux frais de l'ANKF et leur enseignement est totalement gratuit. Cette générosité est en cohérence avec la Valeur Zen (Bonté) et incite les pratiquants à transmettre à leur tour gratuitement dans leurs fédérations et leurs clubs ce qu'ils ont reçu si généreusement. Le deuxième point à noter est que chaque année, ce sont différents groupes de sensei qui viennent enseigner. Ils offrent ainsi différents tirs lors des démonstrations et différentes approches pédagogiques. C'est une chance extraordinaire pour les kyudojin européens de tous grades et titres de pouvoir côtoyer de si hauts gradés alors qu'au Japon les pratiquants doivent attendre d'avoir un grade élevé pour recevoir leur enseignement.

Ces stages européens « tournent » dans les différents pays capables d'organiser de tels évènements. La FFKT montre sa forte implication dans le développement du Kyudo en Europe en ayant organisé le plus de stages EKF (six pour être exact) et en représentant en moyenne un tiers des participants à chacun de ces stages.

Cette année le stage a eu lieu du 15 au 27 juillet à Francfort-sur-le-Main en Allemagne dans un grand centre sportif où 5 Shajo (pas de tirs) de 5 Mato (cibles) ont été aménagés.

Une organisation originale cette année

Le stage C de 215 pratiquants européens non gradés ou ayant le 1er dan était animé par cinq hauts gradés européens accompagnés d'assistants. Pendant trois jours, ils ont formé et entraîné. Le quatrième jour a eu lieu le passage de grades. Exceptionnellement,



cette année 141 kyudojin allemands ne sont pas venus faire le stage C mais se sont présentés au 1er et 2e dan. Devant le nombre de candidats, deux jurys ont été organisés en parallèle.

Sur la photo ci-dessus le premier jury comprenait trois Hanshi 8e dan japonais, Ishikawa Takeo sensei, Satake Mariko sensei et Toba Hisayuki sensei, et deux Kyoshi 6e dan européens, Hans De Wekker sensei et Laurence Oriou sensei. Le deuxième jury était composé de deux Hanshi 8e dan japonais Nakatsuka Shôichiro sensei, Kawamura

Mitsuo sensei, et de trois Kyoshi 6e dan européens, Feliks F. Hoff sensei, Tryggvi Sigurdson sensei et Claude Luzet sensei. Ray Dolphin sensei (Kyoshi 6e dan) et Charles-Louis Oriou sensei (Renshi 6e dan) étaient en charge des examens écrits.

Après le stage C, le stage A d'environ 140 kyudojin (4e et 5e dan, Renshi 5e et 6e dan et Kyoshi 6e dan) fut dirigé pendant trois jours par les sensei japonais. Comme chaque année, des points de détail ont été découverts et développés prouvant ainsi, si c'était nécessaire, qu'on ne pourra jamais comprendre la totalité du Kyudo. Ils ont insisté considérablement sur la recherche de la Beauté et la Noblesse du tir. Ils ont souligné que c'était « vulgaire » de résumer le Kyudo à faire de trous dans une feuille de papier en réalisant un tir sans grâce ni élégance. Observer un tir correctement réalisé techniquement et spirituellement devrait être un moment de beauté et sérénité. Le quatrième jour a été occupé à faire passer des grades.

Enfin le stage B pour 2e et 3e dan, a été lui aussi dirigé par les sensei japonais accompagnés par de hauts gradés européens qui ont joué le rôle d'assistant. C'est depuis longtemps une chance pour quelques-uns d'entre nous d'être aux côtés de tels enseignants. Cette année, sur 7 assistants européens, nous étions 4 Français pour recevoir cette « formation de formateurs ».

Des résultats très satisfaisants pour la FFKT

La tenue des kyudojin de la FFKT est toujours remarquable pendant le stage et les résultats en termes de grades récompensent le travail important des enseignants et des dirigeants de notre fédération.

Dan Titre	Candidats européens	Dont Français	Diplômés européens	Dont Français
1er dan	258	67	258	67
2e dan	90	26	88	25
3e dan	110	33	40	10
4e dan	78	28	14	6
5e dan	62	16	6	1
6e dan	20	9	2	1
Renshi	33	11	1	1

Nous tenons à féliciter particulièrement Yumi Minaminaka pour son 5e dan, Dominique Guillemain d'Echon pour son 6e dan et Christophe Rolewski pour son titre de Renshi (photo ci-dessous).



Il est toujours délicat d'échouer à un examen car l'orgueil du candidat est ainsi mis à rude épreuve. C'est pourtant dans ces moment-là que chacun sait où il en est dans sa pratique technique et avec quelle noblesse d'esprit il accueille la réussite ou l'échec.

Ch-L. ORIOU
Renshi 6e dan ANKF

lire, écouter, voir...

Lire

• « **Enigmatique Japon** », par **Alan Macfarlane** (Editions Autrement)

Ecouter

• **Rin Toshite Shigure** : « **Just A Moment** »
(CD Réf. AICL-2014 - Date de sortie : 13/05/2009)

Voir

« **BABY CART** » - **HK VIDEO (COFFRET N°1)**
Coffret de 3 DVD en Digipack - V.O. Japonais sous-titré en Français
Chacun des films est précédé d'une présentation en français,
très pertinente, de C. Ganz

Opus 1 : Le sabre de la vengeance (1972)

Opus 2 : L'enfant Massacre (1972)

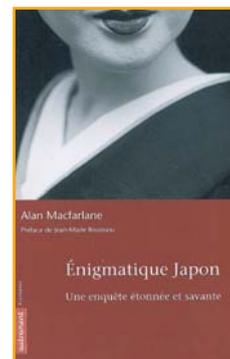
Opus 3 : Dans la terre de l'ombre (1973)

Avec Tomisaburo WAKAYAMA dans le rôle de OGAMI Itto

Ce n'est pas encore l'hiver, et pas encore l'aube. Noires, les branches mortes bruissent comme des os secs, giflées par un vent glacial. Les feuilles s'enroulent, s'engouffrant dans un passage montagneux étroit. Un caillou éclate sous une roue de bois. Gris comme le ciel derrière lui, un homme approche, poussant une charrette grossière. Le passage est raide, mais son pas est ferme. Quelque part, cachée dans la pénombre, une respiration... L'homme s'arrête, ses yeux noirs fixés sur le bruit. Cachée jusqu'à maintenant par les plis sales de son hakama, sa main droite posée légèrement sur sa ceinture, le pouce en équilibre juste au dessous de la tsuba (garde du sabre en fer, généralement décorée) de son katana (sabre long porté uniquement par les samouraïs), il sourit presque. Dans la charrette, un enfant, un bébé dort, silencieux et confiant...

Tirée du manga-culte "Lone Wolf and Cub" de Kasuo KOIKE (scénariste) et Goseki KOJIMA (dessinateur), paru au Japon au début des années 70 et auréolé d'un immense succès populaire, la série DVD Baby Cart 1 parue chez HK Vidéo raconte l'histoire du samouraï OGAMI Itto (prononcé à la japonaise c'est-à-dire le nom avant le prénom), exécuteur officiel du Shôgun (Généralissime au pouvoir au Japon entre 1600 et 1868, reléguant l'Empereur à un rôle symbolique).

Réalisés par Kenji MISUMI entre 1972 et 1973, les trois premiers opus de la série : (1) Le sabre de la vengeance, (2) L'enfant massacre et (3) Dans la terre de l'ombre vont être prétexte à la mise en chorégraphie de l'art de dégainer le sabre (Iaido) et de combattre avec une Naginata (Grande faux à long manche), deux disciplines de combat héritées des samouraïs et maîtrisées par l'acteur japonais Tomisaburo WAKAYAMA. Ce dernier, acteur de second rôle et fils d'un acteur de Kabuki (Théâtre



populaire, sorte de Comedia del arte à la japonaise), va connaître le succès au travers de ce rôle emblématique. C'est son frère, rendu célèbre par des rôles populaires comme celui de Zatoïchi le samouraï aveugle dans les années 60, qui en tant que producteur de la série, va l'imposer dans ce rôle.

Archétype du samouraï victime d'un complot qui l'a déchu et cherchant à venger son honneur, tout au long des événements Ogami va suivre les préceptes du Bushido, la voie du samouraï. Protéger les faibles et risquer sa vie au mépris du danger de la manière la plus altruiste, sans aucun espoir de récompense.

Lorsque ce sont les clans qui veulent l'employer pour régler des différends entre seigneurs, c'est la justesse de leur cause qui déterminera son engagement. Mais ce sera à un prix très élevé (500 pièces d'or) qu'il mettra ses talents à leur service. Et autant la bienveillance couronnera ses actions bénévoles, autant l'indifférence et le détachement clôtureront ses épisodes de mercenaire. Au hasard de ses rencontres surgira parfois un alter ego digne de son respect. Mais ce seront alors souvent des êtres tourmentés par le sentiment d'avoir failli à leur devoir et qui ne trouveront le repos que dans une fin tragique.

Beauté des combats, pureté de l'exécution notamment dans l'art de dégainer et de tuer dans un même geste, le Iaido, mais aussi profusion de sang qui gicle de tous côtés sont les signes caractéristiques de la première livraison (La deuxième série qui regroupe les trois épisodes suivants sera chroniquée prochainement) de cette série de qualité qui enchantera les aficionados du Chambara et les adeptes du combat de sabre.

Pascal DOUCHET,
Shingitai Dojo Le Chesnay

N'hésitez pas à nous envoyer vos coups de cœur pour animer cette rubrique : monetteg@orange.fr

Qui sommes-nous ?



Créé en 1999 par des élèves de Tamura Shihan et Michel Prouvèze, le Cercle de laido est une association qui a un but précis : "Regrouper les pratiquants d'Aïkido qui souhaitent, au travers de la pratique du laido, perfectionner leur discipline, telle que Tamura Sensei la transmet."

Aussi le Cercle de laido œuvre dans de nombreux pays regroupant les pratiquants d'Aïkido autour de cet objectif, ouvrant la porte à tous ceux qui s'intéressent au travail de Maître Tamura et souhaitent se retrouver pour partager cette recherche.

L'organisation de Rencontres locales, de stages régionaux, nationaux et internationaux permet la découverte de notre recherche, mais aussi le perfectionnement pour les élèves les plus avancés. Des Rencontres dans différentes régions réunissent une poignée d'Aïkidokas, tandis que certains stages regroupent plus d'une centaine de pratiquants. Durant toutes les manifestations du Cercle de laido, le laido et l'Aïkido sont systématiquement pratiqués.

Tous les pratiquants d'Aïkido de la FFAB peuvent y participer, du débutant au plus avancé. Parallèlement un travail de fond est effectué avec les enseignants d'Aïkido de la FFAB qui le souhaitent ainsi qu'avec les jeunes au travers d'interventions qui leurs sont consacrées.

Vous pouvez visiter le site Internet www.cercledeiaido.com pour plus d'information.



L'axe de recherche pour 2009-2010



Pendant le dernier stage de Saint-Mandrier ont été mises en œuvre les propositions de la Commission Technique de structurer différemment notre pratique de laido : une première partie commune suivie d'une pratique personnelle et terminée par l'exécution ensemble d'un ou plusieurs katas comme dans un dojo traditionnel au Japon.

Le temps de recherche personnelle est éclairé par l'animateur du cours de manière individuelle. Éventuellement il propose un nouveau kata à quelques pratiquants en fonction de leur avancement. Durant la première partie du cours, nous avons pu apprécier le travail — comme le propose Tamura Sensei — en position très basse, le genou arrière très près du sol.

Si nos cuisses gardent un souvenir cuisant de cette forme de travail fondamentale, sa pratique tout au long de l'année devrait nous permettre d'améliorer notre meilleure conscience du centre et de notre axe.

A méditer...

« En approfondissant une seule technique (Shohatto en laido ou Ikkyo en Aïkido) on approfondit également les autres techniques. Mais, comme avec les enfants, parfois il est difficile de faire toujours la même chose. Donc on change de technique de temps en temps !

Surtout en laido où l'on travaille seul, il n'y a presque pas besoin de professeur. Chacun doit trouver son propre système de progression. Ce n'est pas à Michel ou à moi-même de vous dire quoi faire.

Mais cela ne veut pas dire non plus que chacun peut faire ce qu'il veut. Chaque jour on propose une technique avec des consignes, ne pas plier les bras, etc. Si une technique ne fonctionne pas et que vous faites votre propre technique à la place ce n'est pas le but.

Avec le laido il est plus facile de développer ces sensations car on est seul. Au moment de sortir le sabre du fourreau on touche l'adversaire. C'est la finalité. C'est le sens du "sabre qui gagne dans le fourreau" (Saya No Uchi) et c'est ce qu'il faut chercher. C'était comme cela avec O Sensei : "Katsu Haya Hi", qui signifie "Plus rapide que la lumière" ».



Propos de Tamura Sensei lors de l'Assemblée Générale du Cercle de laido le mardi 4 août 2009 à Saint-Mandrier

Retrouvez toutes les activités du Cercle de laido sur : www.cercledeiaido.com

M
A
S
A
M
U
N
E



L'excellence japonaise au service de votre passion

Nouveau magasin à Paris

MASAMUNE

44 rue des Cordelières 75013 Paris

métro Gobelins/ Place d'Italie

tél : 09 62 24 29 31

fax : 01 47 07 95 28

ouvert du lundi au samedi de 10h00 à 19h00

www.masamune-store.com