

# AïKIDŌ

m a g a z i n e

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AIKIDO AIKIBUDO ET AFFINITAIRES

RENCONTRE AVEC  
SUZANNE AUGER

L'Aïkido  
de braise  
avec Olivier  
Gaurin

DES STAGES ET  
DES INFOS



CHRISTIAN  
MOUZA  
l'art d'enseigner aux  
plus jeunes

## DU NOUVEAU VERS L'UNIFICATION DE L'AÏKIDO

Chaque rentrée renouvelle le plaisir du retour au Club, de retrouver l'entraînement, les partenaires, voire les amis. Et surtout d'accueillir les nouveaux venus dont nous espérons la persévérance.

Comme tout le monde, je me suis donc rendu au club qui est à côté de chez moi, l'Aïkido est après tout une discipline qui se pratique à proximité, et à la fin du premier cours, un plus ancien a pris la parole pour simplement dire : «cela peut paraître ardu mais vraiment cela vaut la peine».

C'est bien l'encouragement qui convient car je n'imagine pas que nous aurions trouvé autant de plaisir si notre pratique ne nous avait pas au fil des années obligé à autant de remises en question croyant à chaque fois que nous avions enfin compris alors que nous venions seulement d'admettre que nous étions jusque là et encore dans l'erreur.

Il en est de l'Aïkido comme de la liberté, plus l'on en acquiert plus il y en a de disponible, mais elle n'est pas forcément celle que l'on imaginait au départ.

Bien sûr, beaucoup s'intéresseront bientôt à leur progression et à l'évaluation de cette progression, c'est-à-dire aux grades.

Peut-être trouveront-ils un peu compliqué ce système de l'Union des Fédérations d'Aïkido qui gère paritairement pour les deux Fédérations l'ensemble de l'attribution des grades.

Ils auront raison et encore plus lorsqu'ils demanderont pourquoi une discipline qui prêche l'harmonie peut encore être divisée.

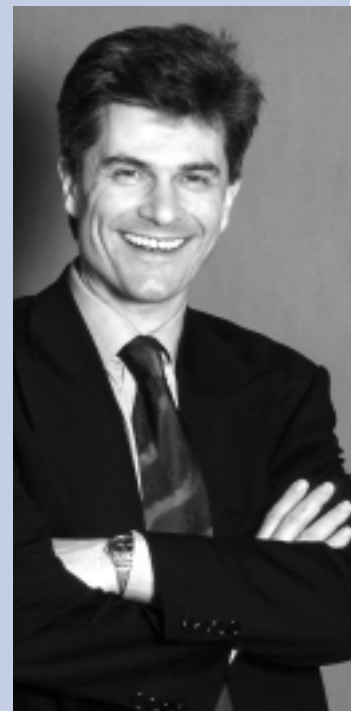
C'est pourquoi notre Fédération vient, en votre nom à tous, de proposer au Ministère des Sports que soient organisées des élections générales pour la réunification de tous les aikidoka dans la même Fédération.

L'idée est enfin simple : tous unis sans distinction aucune sous la seule bannière de l'Aïkido, sans oublier notre co-discipline l'Aïkibudo, nous serons trop nombreux pour que les questions de personnes puissent endommager le devenir de la discipline .

Après tout, pour l'Aïkido nous nous référons tous à l'Aïkikai de Tokyo, l'école fondatrice qui fait vivre tous les styles d'enseignement sur la base des principes communs qui assurent à la fois l'unité et l'universalité de cette discipline, crée et révélée par O'Sensei pour qu'elle puisse être, sans entrave, accessible à tous. Et c'est pour poursuivre son idée que nous n'avons comme seul souhait, exprimé par cette volonté d'unification totale, que d'assurer à celui qui vient de pousser la porte d'un des quelconques dojos français qu'il pourra les visiter tous et bientôt à son tour, dans le même esprit, accueillir et guider les débutants d'une prochaine rentrée.

L'Aïkido appartenant à tous ; il appartient ainsi à tous de le faire vivre et l'objectif de votre fédération est de permettre que cela soit possible.

**Maxime Delhomme**  
**Président de la FFAAA**



**Certains techniciens, particulièrement bien organisés, nous ont fait parvenir les dates de leurs stages d'été, ouverts à tous, afin que chacun puisse d'ores et déjà organiser ses réservations.**

◆ **STAGE INTERNATIONAL avec Yasuno senseï**

À Lyon les 22 et 23 février, à Bordeaux les 1er et 2 mars et à Paris les 8 et 9 mars 2003.  
Renseignements : 0143482222

◆ **STAGE ENSEIGNANTS et futurs enseignants des sections jeunes**

du 10 au 12 janvier 2003 à Narbonne avec Arnaud Waltz et du 1er au 4 mai 2003 à Lyon avec J.M. Mérit. Rens: 0143482222

◆ **STAGE PRÉPARATOIRE BEES 1er et 2e degrés**

2e semaine juillet 2003 à Vichy avec G. Maillot, P. Muller et G. Rettel. Rens: 0143482222.

◆ **STAGE ENSEIGNANTS et futurs enseignants**

du 25 au 29 août 2003 à Dinard avec Franck Noel et Bernard Palmier. Rens: 0143482222

## STAGES DES TECHNICIENS

◆ **Valloire**

stage Aikido-Ski dirigé par Christian Mouza, 4e dan, du 16 au 22 mars 2003. Rens : au 0608162488.

◆ **St Raphaël**

stage dirigé par Paul Muller 6e dan, et Roberto Anulfo 6e dan du 21 au 27 avril 2003.  
Renseignements sur le site ou : paul.muller@wanadoo.fr

◆ **Mézières en Brenne**

stage dirigé par Bernard Palmier, 6e dan, du 29 mai au 1er juin 2003. Venir avec Ken, Jo et Tanto. Renseignements au 0681436246.

◆ **Prague**

stage dirigé par Joel Roche, 5e dan, du 28 juin au 4 juillet 2003.  
Renseignements au 0241487566.

◆ **Ile de Noirmoutier**

stage dirigé par Joel Roche, 5e dan, du 7 au 9 juin et du 7 au 13 juillet 2003.  
Renseignements au 0241487566.

◆ **Gujan-Mestras**

stage dirigé par J.M. Mérit, 5e dan DTR Poitou-Charentes, du 6 au 11 juillet 2003.  
Renseignements au 0546963161.

◆ **Berlin**

stage dirigé par Michel Erb, 4e dan, du 15 au 20 juillet 2003.  
Renseignements au 0389077203.

◆ **Porto Vecchio**

stage dirigé par Christian Mouza, 4e dan, du 12 au 19 juillet 2003. Dojo Ste Lucie de Porto-Vecchio. Apporter jo et ken.  
Renseignements au 0608162488.

◆ **Crest (Drome)**

stage dirigé par Alain Guerrier, 6e dan, du 26 au 29 juillet 2003.  
Renseignements au tél / fax : 0494531400.

◆ **Anancy**

stage dirigé par Alain Guerrier 6e dan et Philippe Grangé, 4e dan, du 19 au 22 juillet 2003.  
Renseignements au tél / fax : 0494531400.

◆ **Autrans**

stage dirigé par Bernard Palmier, 6e dan, du 19 au 26 juillet 2003. Venir avec Ken, Jo et Tanto.  
Renseignements au 0476953055.

◆ **Montrevel (Bourg en Bresse)**

stage dirigé par Patrick Bénézi, 6e dan, du 27 juillet au 8 août 2003 à Montrevel.  
Renseignements au 0148086442  
Email: patrick.benezi@noos.fr

◆ **Le temple-sur-Lot**

stage adultes et enfants dirigé par J.M. Mérit, 5e dan, DTR Poitou-Charentes du 11 au 16 août 2003.  
Renseignements au 0553405050 et Fax: 0553405051.

◆ **Antibes**

stage dirigé par Paul Muller, 6e dan, du 18 au 24 août 2003.  
Renseignements sur le site ou : paul.muller@wanadoo.fr

◆ **Boulder Colorado USA**

stage dirigé par Christian Tissier Shihan, du 27 juillet au 2 août 2003. Du 13 au 25 juillet 2003 (lieu à définir) Rens. au 0143282990 et 0494816157.

◆ **Lampaul Plouarzel**

stage dirigé par Jean Luc Subileau 6e dan, du 12 au 18 juillet.  
Renseignements au 0549096074.

◆ **St Flour**

stage dirigé par Gilbert Maillot, 4e dan, du 26 au 31 juillet 2003.  
Renseignements au 0615200696  
Email: aikimaillot@free.fr

◆ **Berck sur Mer**

stage dirigé par Bruno Zanotti 4e dan, du 26 juillet au 2 août 2003.  
Renseignements au 0608169572 et 0608215226.

◆ **Evian**

stage dirigé par Gilbert Maillot, 4e dan, du 1er au 8 août 2003.  
Renseignements au 0615200696  
Email: aikimaillot@free.fr

◆ **Biscarosse**

stage d'été dirigé par Alain Verdier, 5e dan, du 2 au 7 août.  
Dojo stade Ducom.  
Prévoir tanto, jo et bokken.  
Renseignements au 0556120794 ou 0556070737 et 0558787121.

◆ **Wattens en Autriche**

stage dirigé par Paul Muller, 6e dan, du 9 au 15 août 2003.  
Renseignements sur le site ou : paul.muller@wanadoo.fr

◆ **Lons le Saunier**

stage dirigé par Michel Erb, 4e dan DE, du 22 au 24 août 2003 au dojo de la piscine.

◆ **SECRETS DE BUDO**

Enseignements de Maîtres d'Arts martiaux  
*John Stevens*

L'essentiel des enseignements des plus grands Maîtres d'Arts martiaux, de l'Aïkido, du Kendo, du Karaté, du Judo comme Miyamoto Musashi, Yagyu Renya Morihei Ueshiba ou Kyuzo Mifune. Ces écrits s'adressent à tout ceux, qui veulent vivre leur vie avec un grand sens de confiance en eux, un contrôle de leurs émotions.



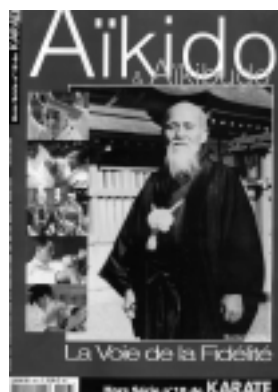
140 pages, 17€  
Guy Trédaniel Éditeur.

◆ **SENSHUSEI**

*Robert Twigger*  
Enseignant à Tokyo, Robert Twigger aboutit à une révélation sur lui-même : il n'est pas en forme. Pour remédier à ce déclin physique et moral programmé, Twigger décide de s'initier aux arts martiaux en intégrant un stage d'Aïkido intensif au Yoshikan Dojo. Son regard de poète sur le groupe, sur la formation mais également sur lui-même nous entraîne dans une quête initiatique pleine d'humour et une exploration fascinante du Japon contemporain.  
352 pages, 22 €  
Éditions Sully



## E N K I O S Q U E



La dernière livraison du Hors série *Aïkido Aikibudo* est disponible chez votre marchand de journaux avec ses articles consacrés à la technique et aux grands maîtres du Japon et de France.

**Kisshomaru Ueshiba, le premier Doshu de l'Aïkido a codifié, tout au long de sa prestigieuse carrière, les fondamentaux de la pratique de l'Aïkido. Des exercices préparatoires, aux applications en assauts libres, aucun points n'a été laissé de côté à travers diverses publications. Nous présentons ici l'un de ces points essentiels de la pratique de l'Aïkido.**

# ÉTUDE DYNAMIQUE de l'AÏKIDO



Cours d'Aïkido dirigé par Kisshomaru Ueshiba.

**D'**un point de vue dynamique, les techniques de l'Aïkido ont une structure rationnelle. Elles suivent le schéma suivant:

Le corps humain, en mouvement, ressemble à une toupie. Lorsqu'il ne bouge pas, le corps trouve son équilibre dans la structure stable d'un tétraèdre équilatérale. Cette garde triangulaire est la position idéale à partir de laquelle exécuter une technique d'Aïkido. Dès que le mouvement commence, le corps agit comme une toupie. C'est-à-dire que dans la technique, le centre du partenaire est entraîné dans un mouvement circulaire qui s'organise autour de l'axe de votre propre centre. Ce mouvement de rotation vous permet de le diriger à volonté pour finir par le renvoyer, comme une toupie renvoie tout ce qu'elle touche.

Il existe un dicton ancien qui cache un des secrets du Jujutsu : "Poussez quand vous êtes tirés, et tirez quand vous êtes poussés". Au travers de ces pré-

ceptes, les maîtres des anciennes écoles de Jujutsu laissaient à découvrir les secrets de leur habilité technique.

*Flexible est l'esprit du saule  
Qui retourne la force du vent  
contre lui-même,  
Si souplesse et force étaient  
l'essence de la puissance  
L'enseignement s'en trouverait  
grandement facilité,  
La souplesse est le chemin de  
la force  
Apprenez donc son exquise  
utilité.*

Ces vers illustrent le principe de souplesse, Jujutsu signifie littéralement "les techniques souples".

Lorsque les mêmes concepts sont expliqués en Aikido, le principe devient : "Tournez quand vous êtes poussés et entrez quand vous êtes tirés". Pour bien comprendre le sens de ceci il convient au préalable de bien sentir le contenu des techniques. Ce mouvement circulaire diffère des mouvements linéaires du Jujutsu. Il permet une plus grande variété de techniques.

En Budo, lorsqu'il en est fait bon usage, le niveau de maîtrise s'en trouve transcendé. Le mouvement circulaire, alliant force centrifuge et force centripète, devient celui de la spirale.

C'est pour cela qu'en Aikido votre partenaire et vous même n'êtes pas dans une opposition dualiste. Vous formez une unité dont les deux composantes se trouvent sous votre contrôle.

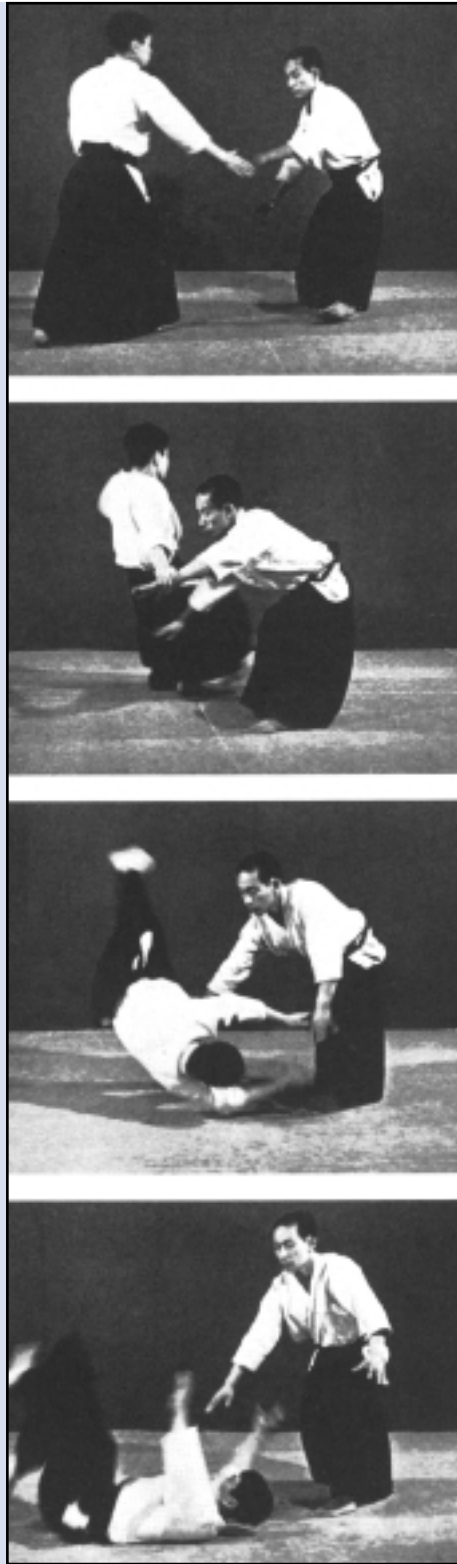
Vous êtes soumis ensemble à la force centrifuge qui s'éloigne de vous et à la force centripète qui revient vers vous. Lorsque l'unité est maintenue dans la spirale, le caractère unique de l'Aikido transparait dans le rythme élégant du mouvement circulaire.

Par exemple pour Shomen-uchi Irimi-nage (projection en entrant sur une frappe frontale), en garde droite, la force utilisée pour contrôler la main droite du partenaire avec votre

main droite ouverte en Te-gatana, entraîne le flux de son Ki sur l'extérieur dès que vous avancez le pied gauche derrière lui et que vous pivotez vers la droite sur votre pied gauche en reculant votre pied droit en un mouvement de balayage qui déséquilibre son corps.

Vous pouvez alors inverser votre mouvement en pivotant vers la gauche tout en avançant le pied droit.

Lorsqu'il émane de toutes les parties du corps, le mouvement circulaire est continu et puissant, car il conjugue la force de chaque élément en une rotation naturelle qui s'inscrit dans la spirale. La rotation doit être souple et précise, s'organiser autour d'un centre aussi solide et stable qu'un roc. C'est comme le moulin à vent qui réagit au moindre souffle, souvent imperceptible à l'homme, pour continuer à tourner. Ou comme la toupie dont la force de rotation entraîne toutes les parties, pendant que la masse se concentre et se stabilise autour de l'axe pour le soutenir et garder la toupie en équilibre. Elle peut alors continuer à tourner lorsqu'elle est repoussée par un objet qu'elle touche. Il existe des phénomènes similaires dans la nature, les tourbillons d'eau ou de vent notamment. Il est maintenant plus facile de comprendre pourquoi les tech-



**Katate dori Sumi-otochi. Projection avec prise d'angle sur saisie à une main.**

niques d'Aikido sont basées sur le mouvement des hanches, que ce soit pour contrôler ou projeter. Le partenaire est entraîné dans l'action des forces centrifuges et centripètes générées

«En Budo, lorsqu'il en est fait bon usage, le niveau de maîtrise s'en trouve transcendé. Le mouvement circulaire, alliant force centrifuge et force centripète, devient celui de la spirale. C'est pour cela qu'en Aikido votre partenaire et vous même n'êtes pas dans une opposition dualiste. Vous formez une unité dont les deux composantes se trouvent sous votre contrôle.»





**Kote gaeshi, rotation extérieure du poignet.**

par votre déplacement et se retrouvent bientôt en situation très instable. Il est maintenu sur le périmètre extérieur du cercle dont vous êtes le centre, comme dans le cas de la toupie, un "état où la position du corps est instable". Par exemple dans le cas de sumi-otoshi (projection avec prise d'angle), aussitôt que le partenaire vous saisit le poignet gauche avec sa main droite, vous tendez puissamment votre main gauche vers l'arrière du partenaire, sur sa droite et vous bloquez son pied droit

avec sa main droite. Cette action permet de bloquer le centre du partenaire. Lorsque sa main est descendue sur l'arrière et sur sa droite alors que son centre est bloqué, il perd l'équilibre et tombe. En fait le partenaire bouge sur le cercle extérieur de votre centre et est donc déséquilibré. Lorsque nous analysons ce mouvement et que nous observons les positions de corps et les relations de force, nous nous rendons compte que les forces des techniques sont en étroite relation. Un

autre exemple est donné par Nikyo (rotation intérieure du poignet). Vous maintenez le poignet du partenaire tandis que vous tournez constamment autour de votre centre. De ce fait, le partenaire se déplace autour de votre cercle et son corps est déséquilibré. Son poignet est tourné dans "la direction naturelle

de la flexion", ce qui le fait tourner dans la même direction. En Aikido, la plupart des techniques de torsion des poignets s'applique dans "la direction naturelle de la flexion". Toutes les techniques où l'action se fait dans le sens contraire de la flexion de l'articulation sont dangereuses et peuvent entraîner des lésions. Elles n'existent pas en Aikido de par le principe même du mouvement circulaire inscrit dans la spirale. Lorsque nous observons le fondateur, et que nous analysons les relations entre les forces, nous voyons que ces mouvements de mains et les déplacements de ces pieds dessinent des formes sphériques alors que son mouvement s'accélère autour de hanches stables. Lorsqu'il utilise un bâton, ce dernier prend bientôt, comme le corps, l'apparence d'un corps sphérique. Le bâton semble vivant. Aussi, lorsque nous nous entraînons, nous devons étudier les techniques pour être comme une pyramide (tétraèdre équilatéral) lorsque nous sommes immobiles, et comme un corps sphérique lorsque nous sommes en mouvement. Le corps sphérique doit être souple, contenir sa puissance en harmonisant les forces centrifuges et centripètes, comme une balle de caoutchouc qui roulerait le long d'une pente, rebondissant naturellement même si la pente est inégale. La relation entre les forces peut être étudiée du point de vue de la dynamique aïki, mais, lors de l'entraînement, il faut entrer dans un état de "non-pensée" pour ne pas être entravé par l'analyse des théories.

#### ***Kisshomaru Ueshiba***

*À lire:*  
***Pratique de l'Aikido.***  
***Kisshomaru Ueshiba***  
***Budo Éditions***

***Technique de Budo***  
***en Aikido. Budo Renshu.***  
***Morihei Ueshiba***  
***Guy Trédaniel Éditions***



## Le geste qui sauve

En septembre dernier, tous les médias se tournaient vers la région du Gard pour transmettre les mêmes images de ruines, de maisons dévastées, de voitures retournées, de routes et de voies ferrées défoncées. Partout, le même désespoir des personnes qui ont tout perdu en quelques heures. Suite à cette catastrophe et à l'initiative de Dominique Dalet, professeur d'Aikido à Marly le Roi et Versailles, plusieurs centaines de personnes se sont réunies au cours de stages organisés sur l'ensemble de l'Ile de France afin de récupérer des fonds et d'aider les sinistrés du Canton d'Aramon.

Entretien avec l'initiateur de cet acte de solidarité.

**Dominique Dalet, comment est née cette initiative ?**

Je devais passer un week-end chez des amis à Barbentane petit village situé juste à côté d'Aramon. Étant sur place une semaine après les inondations, j'ai alors pu constater l'ampleur des dégâts. Je n'avais jamais vu tel spectacle de désolation et de désespoirs. Des ambulances de la Croix-Rouge, des pompiers et des militaires partout ; je me croyais en temps de siège. C'est à mon retour que j'ai décidé d'organiser ces stages afin d'aider les personnes les plus démunies.

**Comment avez-vous organisé ces manifestations ?**

J'ai proposé mon idée à la Fédération et appelé toutes les personnes susceptibles de m'aider dans mon projet. Beaucoup auraient voulu participer mais pour des raisons d'indisponibilité ou par manque de salle, n'ont pu se joindre à nous. Les personnes disponibles ont organisé un stage dans leur secteur. Ainsi les week-end du 19, 20 et du 26, 27 octobre, les licenciés adultes et enfants se sont réunis pour participer à ces stages.

**Quelles conclusions pouvez-vous tirer de cette action ?**

Il est vrai que cette action n'a pas eu l'ampleur souhaitée, mais

compte tenu des congés scolaires et du manque de temps pour nous organiser, il était très difficile de faire mieux. Même si la somme récoltée peut paraître dérisoire face à tant de souffrance, je pense qu'avant tout, cette action aura eu un but d'aide psychologique en mon-

trant notre solidarité.

Je tiens à remercier tous ceux qui ont répondu à mon appel, notamment, Michel Hamon, Thierry Vanneste, Bernard Palmier, Michel Lapiere, Josette Nickels, Gérard Chauvineau, Gilles Bagland, Rémi Berest, Claude Bourion, Hervé Leuret, Michel Noé, Brigitte, les participants et particulièrement les enfants.

La recette est versée en intégralité à l'ASCA (Aide aux Sinistrés du Canton d'Aramon). Si vous voulez vous aussi participer, vous pouvez envoyer vos dons à :  
**l'ASCA (Aide aux Sinistrés du Canton d'Aramon)**  
3, rue des Halles  
30 390 Aramon



Avec Josette Michels à Fontenay aux Roses.



La section enfants de Fontenay le Fleury.



Le groupe de Michel Hamon de Brétigny/Orge.

Le stage d'Aubervilliers avec Bernard Palmier.



Avec D. Dalet et Remy Berest à Fontenay le Fleury.



# HARMONISER le CORPS et l'ESPRIT

L'art de transmettre l'Aïkido aux plus jeunes n'est pas chose aisée. Une méthode appropriée alliée à la réception naturelle de l'enfant permet de bons résultats comme nous pouvons le constater dans la section de Fontenay sous Bois où enseigne Christian Mouza 4e dan.

**Un entretien préalable est-il nécessaire pour connaître les motivations de l'enfant ?**

A priori non. En début de saison, une grosse section enfants ne permet pas de connaître les motivations de chacun.

Par ailleurs, j'ai remarqué que généralement les enfants de six à huit ans sont inscrits par décision de leurs parents : l'absence de compétition oriente leur choix sur notre discipline.

À partir de dix ans, l'enfant est davantage décideur, mais ses motivations premières sont d'ordre social : les copains, club sympathique etc. Les plus grands arrivent par cooptation.

En cours d'année, je réalise un petit sondage auprès des enfants, à l'aide d'un questionnaire : je leur demande entre autres ce qui est le plus difficile à leurs yeux en aikido, et ce qu'ils préfèrent.

Naturellement, selon l'âge et le grade, les réponses sont modulées. Mais globalement, leurs réponses confirment mes observations :

dans l'ensemble, ce qui leur pose le plus de problèmes au niveau technique c'est le travail de déplacements et de placement avec un partenaire ; en revanche, le plus fréquemment ils préfèrent le travail sur les chutes.

Cet outil est très utile pour évaluer et mieux connaître chaque enfant.

**Comment s'organise la répartition des élèves ?**

Pour constituer mes groupes, j'ai plusieurs critères :

- le grade
- l'âge
- la morphologie
- quand c'est possible, les affinités
- parfois il faut prendre en considération les activités annexes des enfants, ce qui ne facilite pas mon organisation.

Ma plus grosse section enfants propose six cours différents, de l'enfant débutant de six ans, au perfectionnement adolescent (16 ans).

Chaque groupe compte une quinzaine d'enfants.

**Exigez-vous des aptitudes physiques particulières ?**

Tous les enfants peuvent pratiquer cette discipline, dans la mesure où il n'existe pas de contre-indication de la part du médecin (seul compétent).

Lorsque j'enseigne à des enfants de la tranche d'âges 6-9 ans, je respecte leurs caractéristiques psychologiques et biologiques, avec un travail spécifique.

Certains enfants ont plus de difficultés que d'autres. Mon objectif

est alors de leur faire prendre conscience de leur corps propre :

- latéralisation,
- mobilité du bassin et du rachis,
- respiration, rôle de la tête
- notion de rythme dans le mouvement

**Les principes d'harmonie ou d'énergie sont-ils accessibles pour un jeune pratiquant ?**

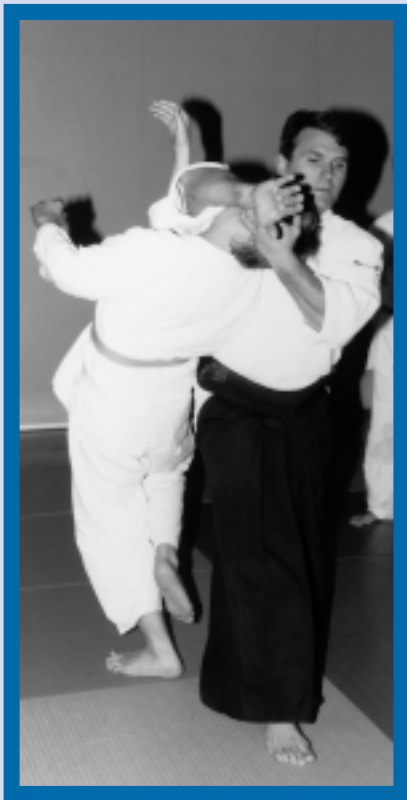
À mon avis, les principes d'harmonie et d'énergie ne sont pas très accessibles à des enfants.



Beaucoup d'attention et de concentration chez les jeunes pratiquants sous le regard et les directives de Christian Mouza.







## Une des difficultés que je rencontre en tant qu'enseignant face à des jeunes, est d'avoir à résoudre l'apparente contradiction de l'Aïkido : l'art du combat sans combattre.



Personnellement j'aborde rarement le concept d'énergie, trop abstrait pour eux. Mais dans leur pratique, le principe d'énergie est présent de manière inconsciente.

En revanche, l'harmonie occupe une place fondamentale dans mon enseignement. Pour cela, j'essaie de faire découvrir la sensation de l'adversaire, et l'élément déclencheur du mouvement : par exemple, au travail d'action de Uke qui est de frapper, saisir, pousser ou tirer, Tori doit répondre en utilisant la force de Uke, dans le sens de son action.

### Les enfants violents sont-ils facilement adaptables ?

Je pense que le terme "violents" n'est pas juste, ou adapté. Les mots "super-actifs" ou "turbulents" me conviennent mieux. J'enseigne l'Aïkido aux enfants depuis une dizaine d'années et je n'ai pas rencontré d'enfants violents ou agressifs. Turbulents ou actifs, c'est une réalité. Il est plus difficile de leur inculquer l'étiquette et le respect des autres, et de leur expliquer les règles et l'attitude à tenir dans un dojo. Généralement je les responsabilise en les mettant en avant pour démontrer. Ensuite une har-

monisation avec le groupe se crée et l'enfant y trouve sa place. Il reste toutefois vigilant.

J'anime des stages enfants en province régulièrement depuis quelques années et je constate que ces enfants peuvent réellement perturber une séance, lorsqu'ils sont mal "canalisés". Je choisis toujours ces enfants-là pour montrer les jeux de concentration ou de réflexes, et cela fonctionne assez bien.

### La mixité est-elle évidente ?

Il est vrai que tous les ans, je suis confronté à ce problème. En début de saison, dans la mesure du possible, je fais très attention à la composition des groupes, que je cherche à équilibrer au mieux.

Entre six et dix ans, les enfants n'attachent pas d'importance au choix du partenaire. En revanche, entre dix et treize ans, cela devient un peu plus difficile de faire travailler les filles avec les garçons (et

vice-versa). De ce fait, pour les enfants de cette tranche d'âge plus difficile, je fais changer régulièrement de partenaire. Lorsque je me heurte à certains blocages, je cherche à en connaître les raisons, puis j'explique qu'il est important de travailler avec beaucoup de personnes différentes pour progresser dans de bonnes conditions, chacun ayant des aptitudes différentes, une morphologie différente, un caractère différent etc. Tout ces éléments induisent un travail sur soi très important.

Mon expérience m'a révélé qu'il faut toutefois rester vigilant sur ce sujet tout au long de la saison.

### Sur quels points travaillez-vous principalement ?

J'oriente mon travail avec les enfants autour de quatre axes pédagogiques :

- Connaissance du corps
- Attitude
- Relation avec le partenaire

### - Technique

Concrètement, j'essaie de mettre en corrélation tous ces éléments qui apporteront aux enfants la base solide nécessaire à une bonne progression technique, avec une "attitude" et un travail clair et précis. L'essentiel de mes cours repose ainsi sur les thèmes suivants :

β les déplacements : irimi en ayumi ashi (marche normale) ; irimi tenkan (déplacement pivot autour du pied avant) et irimi tenkan henka (changement de posture sans bouger le pied avant) ;

-les chutes (avant/arrière) à travers diverses formes d'apprentissage : en ligne sur le tatami, à tour de rôle sur un gros tapis de gymnastique pour ceux ou celles qui appréhendent les chutes enlevées, à deux ou à trois sous forme de jeu ;

-la relation avec un partenaire (faire de l'aïkido avec Uke et non contre) : harmonisation dans l'utilisation du contact ; étude de l'échange "action/réaction".

### Comment faites-vous passer une discipline de comportement essentielle à la pratique ?

Une des difficultés que je rencontre en tant qu'enseignant face à des jeunes, est d'avoir à résoudre l'apparente contradiction de l'Aïkido : l'art du combat sans combattre.

Il s'agit de leur faire prendre conscience que la notion de combat demeure dans l'art d'utiliser la force de l'adversaire pour diriger et canaliser son énergie, afin de l'immobiliser et non le détruire ! Et que pour cela le déplacement et le placement sont fondamentaux en Aikido. D'où l'art du combat sans combattre.

La forme jouée est très intéressante. Un de mes soucis est de fixer les acquisitions de chacun et un des moyens classiques est la répétition. Le jeu est un moyen très efficace pour la répétition d'une séquence car l'enfant de 6 à 9 ans ne répète pas volontiers un exercice.

À mon avis, la finalité de l'activité ludique n'est pas d'"apprendre" mais d'"explorer".

Mon but est de faire découvrir à chaque enfant des solutions en réponse à une frappe ou une saisie, et par là les grands principes (irimi-tenkan, irimi-tenkan enka etc.), et ce n'est pas la partie la plus facile. Sur un travail de randori, par exemple, deux enfants attaquent un troisième en shomen-uchi, sans que ce dernier ne fasse intervenir ses bras en protection, mais simplement en utilisant les déplacements.



Attention, le jeu n'est qu'un moyen. Je poursuis toujours un but précis (ne pas "jouer pour jouer" trop souvent). Pour cela, je varie le plus possible la composition de mes cours, néanmoins avec des repères fixes, sécurisants et structurants. L'idéal serait de présenter un même exercice de façons différentes.

À quel moment l'enfant est-il apte à utiliser les

ames de l'Aïkido ?

En ce qui me concerne, mes groupes d'enfants utilisent le jo, voire le bokken pour les adolescents, dès la première année, au rythme d'un cours par mois.

Le travail avec le jo donne un attrait supplémentaire à la pratique. Son aspect ludique respecte toutefois les points essentiels des arts martiaux, en accentuant le travail des déplacements, de la distance relative avec le partenaire

(ma-ai), le travail de coordination, la vigilance, d'autant que la notion de danger apparaît plus importante. Dans la pratique des armes, je mets toujours en avant les règles de sécurité permettant un bon déroulement de la séance :

- Tenir et placer son jo correctement le long du corps dans tous les déplacements hors exercices/travail/enchaînements afin de protéger les autres élèves;
- Gérer l'espace;

**...Cela me fait plaisir que les enfants s'interrogent sur leur pratique. En cherchant à satisfaire leur curiosité, ils montrent qu'ils s'y intéressent et sont motivés...**





**Travail sur les réflexes au Jo avant de passer à la technique ci-contre. Un bon entraînement et moins dure sera la chute (page de gauche).**

- Attendre le signal pour démarrer tous ensemble.

En fait, les enfants sont très demandeurs. Cette année, j'ai initié mes groupes au sport Chanbara, nouvelle discipline d'escrime japonaise qui se pratique avec des armes en mousse ; par conséquent, les enfants peuvent s'engager sans danger. Cela a été un réel succès.

**La notion de grade ne crée-t-elle pas une hiérarchie dérangeante pour l'harmonie du groupe ?**

J'enseigne aux enfants depuis de nombreuses années, et je n'ai jamais été réellement confronté à ce genre de problème. Les enfants sont conscients de leur travail et de leur niveau technique ; ils ne remettent jamais en question la décision du professeur lors de la remise des ceintures ou de l'hakama.

Je pense toutefois que l'enseignant a une grosse part de responsabilité pour que la notion de grade ne soit pas "dérangeante" au sein du groupe. Dans tous mes cours, certains enfants éprouvent plus de difficultés à suivre que d'autres. Je m'arrange toujours pour les faire travailler soit avec les anciens, soit avec ceux qui ont plus de facilités. La prise en charge par les anciens crée alors une harmonie dans le groupe et diminue certaines rivalités.

**Les jeunes ne sont-ils pas demandeurs d'une forme de compétition ?**

Je pense que certains enfants sont demandeurs de compétition comme moyen d'évaluer leur combativité, leur résistance, leurs réflexes...

Pour satisfaire tout le monde, régulièrement, je propose un travail sous forme de jeux, en organisant des rencontres, en formant des équipes. Cette forme de travail me permet de leur faire prendre conscience qu'être le premier n'est pas le but en soi, mais qu'en revanche la complicité et l'esprit de solidarité dans le groupe donnent autant de plaisir.

**Quelles sont les grandes interrogations du jeune pratiquant ?**

Les jeunes ont trois types d'interrogations : d'une part, celles liées à l'histoire et à la philosophie de l'Aïkido, et par extension aux rituels de la pratique ; d'autre part, les questionnements liés à la progression de l'aïkïdoka, en particulier le parcours de leur professeur ;

enfin les questions liées à l'efficacité de l'aïkido. Par exemple :

- Pourquoi le salut au Kamiza ?
  - Qui a créé l'aïkido ? Quand ?
  - Quand O Sensei est-il mort ?
  - Que veut dire AÏKIDO ?
  - Pourquoi dit-on "dojo" ?
  - Quels sont la signification et le sens des formules de politesse ?
  - Quelle est l'efficacité de la pratique par rapport à une autre discipline ?
  - Combien de temps faut-il pour passer la ceinture noire, pour avoir l'hakama ?
  - En ce qui me concerne directement : Depuis combien de temps je pratique ? Est-ce que je suis allé au Japon, est-ce que je parle japonais ?
  - Quel est mon grade ?
  - M'est-il arrivé d'utiliser l'Aïkido dans ma vie pour me défendre ?
- Cela me fait plaisir que les enfants s'interrogent sur leur pratique. En cherchant à satisfaire leur curiosité, ils montrent qu'ils s'y intéressent et sont motivés.

**Le professeur apprend-il de ses élèves ?**

Incontestablement, le professeur

apprend de ses élèves et tout particulièrement des enfants. Enseigner aux enfants est une expérience très riche, c'est une perpétuelle remise en questions.

En ce qui me concerne, à chaque séance j'apprends beaucoup des enfants, tant sur le plan pédagogique que relationnel. Cela m'apprend à être plus rigoureux, plus précis, c'est-à-dire à décortiquer les techniques et à les expliquer.

Je dois savoir répondre aux questions les plus inattendues, donc apprendre à être disponible, imaginaire, créatif. Pour être à l'écoute de chacun, je développe également mon sens de l'observation ; cela fait partie du travail.

Les enfants ont une telle spontanéité, une telle sensibilité que l'échange et la complicité entre l'enseignant et l'élève sont indiscutables. Le feedback est essentiel pour que ces échanges enrichissent mutuellement enseignant et élèves. Enseigner aux enfants est à mon avis une très bonne école !... ✿

Engagée dans l'action sans compter son temps, Suzanne Auger puise dans l'Aïkido une énergie exemplaire. Nous l'avons rencontré dans son club de Clamart qui sert de cadre à la pratique de son association ACAMA, la bien nommée.

# ÉCHANGE et PARTAGE

### SUZANNE, POUVEZ-VOUS VOUS PRÉSENTER AUX AÏKIDOKA QUI NE VOUS CONNAISSENT PAS.

Francilienne de banlieue, j'ai 53 ans, mariée, deux grands enfants, sans plus d'activité rémunérée (auparavant dans la communication d'entreprise) mais très engagée dans des associations diverses, notamment trésorière de mon club d'Aïkido, Acama, à Clamart. Je m'implique beaucoup dans la bonne marche du club, qui accueille de nombreux débutants qu'on souhaite garder, mais aussi des gradés, qui le sont devenus pour beaucoup au cours des six années d'existence d'Acama. Le plus satisfaisant, c'est le nombre de jeunes qui ont commencé

enfants, qui arrivent à l'âge adulte et sont toujours sur le tatami. Quant à moi, j'ai obtenu mon premier dan il y a deux ans.

### COMMENT ÊTES-VOUS VENUE À PRATIQUER L'AÏKIDO ?

En 1986, deux de mes collègues de bureau étaient ceintures noires et avaient proposé de monter une sec-

tion d'entreprise. J'ai donc décidé un certain nombre d'autres collègues, tous débutants, à pratiquer un midi par semaine, après avoir vu un maître japonais dont je ne me souviens même plus le nom aujourd'hui, emballée par la beauté de la démonstration. Débuts avec Jean-Paul Nicolai, qui a eu beaucoup de patience



pour faire débiter tout ce petit monde en même temps.

Ensuite, j'ai vécu à Singapour et j'ai pratiqué pendant deux ans avec un senseï chinois qui suivait l'école Ueshiba. C'est depuis Singapour que je suis allée à l'Aïkikai à Tokyo. Expérience inoubliable : j'avais beau me croire préparée, j'ai été impressionnée. Par la culture du pays et par la pratique de l'Aïkido que j'ai vue là-bas.

Revenue en France, je suis depuis six ans les cours de Marc Bachraty à Clamart, et je vais aussi une fois par semaine à Vincennes chez Christian Tissier dont Marc est l'élève.

#### **SUR QUELS PRINCIPES FONDAMENTAUX FONDEZ-VOUS VOTRE PRATIQUE ?**

J'essaie de faire attention à quelques points fondamentaux, tels que la justesse de l'attitude, le fait de me tenir stable et droite. L'une des choses importantes pour moi est de me protéger, par la distance, l'esquive du corps ou la garde avec un bras ou une main qui dévie le coup. Je regarde aussi beaucoup les déplacements de pieds de mes professeurs, pour comprendre.

#### **IKKYO ?**

Je me sens beaucoup trop «petite

gradée» pour oser émettre un avis sur ce sujet. Je trouve que c'est effectivement une technique des plus difficiles et des plus variées, pour autant que je sache. Reposez-moi votre question dans quelques années.

#### **PENSEZ-VOUS PRATIQUER UN ART DE SELF-DÉFENSE ?**

Je n'ai jamais eu l'occasion d'appliquer mon Aïkido dans une situation d'agression, mais je peux dire que c'est pour moi un art de «self confiance», malgré ma taille (petite bien sûr !).

#### **FAITES-VOUS UN TRAVAIL PARTICULIER SUR L'ÉNERGIE ?**

Pendant ma pratique, j'essaie de penser à renforcer mon centre, mais cela reste assez abstrait pour moi. Je comprends plus cette notion d'énergie en pratiquant le shiatsu. En effet, à la suite d'une méchante tendinite au coude, j'ai subi et appris le shiatsu familial, que je pratique sur mes camarades, ainsi qu'en groupe amical sous la direction d'un praticien. L'objectif est uniquement de soulager, sans chercher à guérir (il faut trop d'années d'études pour ça).

#### **LA STRATÉGIE DU COMBAT À MAINS NUES EN AÏKIDO REJOINT-ELLE POUR VOUS CELLE DU DUEL**



#### **AVEC ARMES ?**

Bien que je préfère la pratique à mains nues, je pense qu'il est absolument indispensable de pratiquer les armes : c'est là qu'on comprend, quand le professeur explique les références, le pourquoi des techniques et leur efficacité. C'est là que le principe d'ikkyo, ardu pour tous les débutants, commence à prendre un sens.

**En suwari  
comme en  
tachi waza, la  
justesse des  
attitudes est  
déterminante  
dans la  
réussite des  
techniques.**





## **FAUT-IL ABSOLUMENT SE RÉFÉRER À UN SENSEI ?**

Dans un premier temps, certainement. Il me semble qu'il faut défricher la base avant d'essayer de nouvelles approches. Le tout est de savoir à partir de quand on est capable de juger la pertinence d'une technique ou la façon d'enseigner d'un prof !

## **QUELS SENSEI VOUS ONT LE PLUS INFLUENCÉ ?**

Pour moi, je peux dire que tous mes sensei m'ont donné quelque chose de leur savoir, mais celui qui m'influence le plus, c'est bien sûr Marc Bachraty, qui est

sur le tatami un modèle de patience (si ! si !) et de rigueur. Je suis aussi très admirative de Christian Tissier, parce que sa technique est toujours claire et qu'il apporte toujours quelque chose, même aux débutants comme moi qui ne comprennent pas tout, loin de là. De plus, il est toujours attentif à l'autre, même en dehors du tatami.

## **VOS SÉJOURS EN ASIE VOUS ONT-ILS ÉGALEMENT EU UNE INFLUENCE SUR VOTRE PRATIQUE ?**

J'ai été influencée forcément, mais impressionnée également par les maîtres japonais que j'ai rencontrés en Asie. Lors de mon voyage au Japon, j'ai eu la chance d'assister à une grande démonstration nationale, où des pratiquants de tout le Japon étaient présents, ainsi que quelques étrangers. Le Doshu, Maître Ueshiba Kishomaru lui-même était monté sur le tatami. Je ne peux pas citer les noms, (j'ai un peu de mal à mémoriser les noms japonais qui de plus se ressemblent), mais les visages et les pratiques sont gravés dans ma mémoire.

## **EN QUOI L'AÏKIDO AIDE-T-IL À SE CONSTRUIRE ?**

Je vois au club de Clamart des jeunes (à partir de 8 ans) qui suivent les cours de Marc depuis plusieurs années. On les voit se

transformer sur le tapis : plus de maintien, plus de concentration, et aussi un énorme plaisir. Quant aux adultes, certains deviennent moins raides, à tout point de vue !

Quant à moi, corporellement, il m'oblige à penser à ma posture, et j'en ai bien besoin.

Psychiquement, je n'ai pas peur des autres, même si parfois je devrais. Enfin, une heure d'aïkido vaut tous les anxiolytiques du marché quand le stress m'agresse.

## **LA MIXITÉ DANS LA PRATIQUE A-T-ELLE INFLUENCÉ VOTRE CHOIX ?**

Pas du tout ! J'avais été au contraire très surprise à Singapour que les femmes apprennent dans des cours séparés de ceux des hommes. Mais là-bas, c'est plus un aspect très spécifique de la culture chinoise. Au contraire, pour moi, il est important que la pratique soit mixte, que les hommes traitent avec conscience leur uké sans utiliser uniquement leur force, que les femmes s'imposent sans peur devant de grands malabars, que les deux trouvent une harmonie entre deux pratiques souvent complémentaires, entre souplesse, force, écoute de l'autre, etc. (chaque qualité n'étant pas exclusive d'un sexe).

## **FAUT-IL ÉTUDIER D'AUTRES ARTS POUR MIEUX S'ACCOMPLIR EN AÏKIDO ?**

**...Tout reste ouvert, mais l'Aïkido reste un art vaste avec beaucoup de champs d'études à découvrir, à comprendre, à analyser et surtout à faire sien. Il agit sur l'émotivité, sur la sensibilité, sur la compréhension des schémas corporels individuels et à deux...**





**Souplesse, force, écoute de l'autre, voilà pour Suzanne Auger les ingrédients de l'harmonie en Aïkido.**

Tout reste ouvert, mais l'Aïkido reste un art vaste avec beaucoup de champs d'études à découvrir, à comprendre, à analyser et surtout à faire sien.

Il agit sur l'émotivité, sur la sensibilité, sur la compréhension des schémas corporels individuels et à deux, des modi-

fications de champs de conscience face à la dualité entre partenaire, à la compréhension technique et relationnelle, etc.

Après c'est l'affaire de chacun.. Toutefois, si je devais pratiquer une autre discipline, ce serait le Kyudo (le tir à l'arc).

**L'AÏKIDO DOIT-IL SE « PRATIQUER » ÉGALEMENT EN DEHORS DU DOJO ?**

Oui bien sûr, j'y ai répondu dans votre question concernant la construction.

**PRATIQUER L'AÏKIDO, C'EST RENTRER DANS UN ART QUI VEUT DÉVELOPPER UNE HARMONIE**

**ENTRE TOUS ; EST-CE UNE UTOPIE RÉALISABLE ?**

L'harmonie doit être la mise en œuvre en commun de moyens techniques, intellectuels et psychologiques pour tenter d'établir une relation où les protagonistes se comprennent mutuellement. Chacun des intervenants doit y trouver une satisfaction.

Alors en ce sens on peut peut-être parler d'utopie réalisable. L'harmonie, c'est l'expression d'une volonté commune d'arriver ensemble à un objectif souhaité. Cela dit, je m'étonne qu'un art aussi idéal ait généré deux fédérations avec deux pyramides de pouvoir. Autant il est intéressant de pratiquer selon des formes différentes, autant les discussions que l'on pressent aux passages de grade ne laissent pas d'étonner le novice. L'Aïkido, c'est un idéal, mais les rapports humains restent identiques partout. C'est un thème de travail à ne pas perdre de vue. ❀



Une douzaine d'années passées au Japon pour y pratiquer l'Aïkido, voilà qui pourrait être banal si Olivier Gaurin 4e dan, n'avait pas décidé de communiquer cette expérience par l'écriture. Dans un livre remarquable **COMPRENDRE L'AÏKIDO**, subtilement illustré, il transmet avec beaucoup de sensibilité et force détails, une étude approfondie de son art de prédilection.

# LE VOYAGE IMMOBILE

À quel moment de votre parcours avez-vous décidé de partir étudier au Japon, que vous manquait-il en France ?

Je devais faire de l'Aïkido depuis... trois ans environ lorsque Christian Tissier est revenu de Tokyo. Lors de son premier cours dans notre dojo rue Servan à Paris, le contraste avec ce que nous faisons a été tel que je me suis dit : «là, voilà, c'est ça, il y a bien, quelque part, dans cette pratique, du merveilleux en action». Il fallait vraiment que j'aille là-bas. J'ai mis dix années avant de pouvoir concrétiser cette nécessité. Après mes études, déjà troisième dan en France, je suis parti pour trois mois, en «reconnaissance» si je puis dire, et finalement... de «reconnaissance», j'y suis resté un peu plus de onze ans. Voilà pour la chronologie sommaire.

Je pense que j'aurais pu continuer à étudier avec Christian Tissier à l'époque, ce n'était pas une question de technique, ni de personne, c'était une question de contexte. Je voulais... comment dire : je voulais plonger dans la source même de

l'aïki et du do, retrouver leurs racines. Il fallait que je fasse le pas, prendre ce risque. C'était mon énergie d'alors : j'avais une soif avide d'aller au cœur de la «problématique globale de l'Aïkido».

Quelles furent les différences profondes, immédiatement ressenties, entre la pratique de l'Aïkido à l'Aïkikai et en France ?

En arrivant à l'Aïkikai, ma réflexion première n'a pas été de comparer mais de m'entraîner. Je ne voulais pas prouver, juger, ni m'illusionner, je voulais profondément apprendre. Je crois que j'avais «vidé la coupe», comme dit le proverbe, abandonné l'idée que «je» pouvais apporter quelque chose. Et donc, peu m'importaient des «différences», ce qui m'importait c'était de pouvoir «me générer» à la source de l'Aïkido, et donc atteindre les meilleurs de l'Aïkikai. Mon premier objectif fut d'atteindre le mode d'entraînement les Uchi Deshi.

Je crois que l'Aïkikai avec sa façon

particulière d'enseigner et d'offrir un Aïkido pluridisciplinaire centré autour du Doshu, donne une réelle opportunité de trouver l'Aïkido dans sa globalité, et peut éviter de construire arbitrairement une approche égotique de l'Aïkido, une vision finalement étroite, sectaire, ou purement gymnique de l'Aïkido. Tout en offrant aux pratiquants la possibilité de modeler leur Aïkido, et cela de façon personnelle et adéquate. Je trouve ce résultat formidable. Je dirais peut-être, pour résumer, qu'en France, l'Aïkido forme des pratiquants, et qu'à l'Aïkikai, l'Aïkido se forme en eux.

Quand avez-vous ressenti le besoin de communiquer. Quelles motivations vous ont poussé à mettre en texte votre expérience ?

À mon retour en France, j'ai été invité à donner quelques cours, et devant les yeux un peu «perdus» des participants, j'ai voulu écrire pour eux un petit feuillet sur le pourquoi de l'intention en Aïkido, afin de leur remettre à l'occasion suivante (c'était le passage sur l'orage, la maison et le paratonnerre). Et puis le feuillet s'est vite transformé en dix feuillets, en vingt, cent, puis finalement, au bout d'un an, j'avais un manuscrit de plus de sept cents pages ! Je me suis dit : «Stop ! C'est assez pour commencer à envisager l'entraînement à l'Aïkido». Mon seul effort a été d'essayer d'être honnête et de ne pas m'endormir sur une appréciation trop personnelle des choses et des gens. J'ai essayé également d'éviter «l'écueil du farfelu», dont

parlait Doshu à propos des essais de conceptualisations de l'Aïkido en occident. Je l'ai fait lire à des amis, et ces lecteurs proches ont été impressionnés. Sur leurs avis, j'ai décidé de le livrer à tous, de prendre ce risque aussi.

Je crois que lors de mon retour en France, en effet, je ne retrouvais plus l'Aïkido dans ce que je voyais. Les styles m'importent peu, mais le sens de ce que l'on fait, les mots que l'on emploie, cette synergie entre ce que l'on dit et les actes que l'on met en action, tout cela (à mon avis bien sûr) a beaucoup d'importance. Même physiquement, il y a une énorme différence entre se sentir «bon», «fort», «vrai», et «faire juste», surtout en Aïkido. C'est le corps qui parle, certes, mais c'est quand même au départ une intention qui l'anime.

Il n'y a donc pas eu véritablement un besoin de communiquer à grande échelle, simplement un désir de recentrer le discours sur la première étape de l'Aïkido. Ce désir était orienté vers un petit cercle d'amis. Ce livre reste cela : un document destiné à ceux qui se considèrent comme les «amis» de l'Aïkido. Cela reste avant tout un témoignage.

Vous évoquez régulièrement Yamaguchi Seigo, est-ce votre sensei de référence ?

Humm... J'ai envie de dire un «oui» franc et massif. Seulement, ce serait vous tromper, tromper la mémoire de Yamaguchi Sensei, et tous ceux qui m'ont apporté tant et tant. L'Aïkido de Yamaguchi Sensei avait, entre autre, cela d'extraordinaire qu'il refusait, cet Aïkido,





d'être pris pour objet de transfert. C'était un Aïkido doux mais sans concession, qui vous pénétrait de l'intérieur, mais avec une extrême acuité de propos. Yamaguchi Sensei s'adressait avant tout à la compréhension de notre corps, à l'intelligence de notre cœur. Les deux ou trois fois au je me suis fait admonesté par Yamaguchi Sensei, la cause de sa fureur en était toujours la même : je l'imitais comme un singe savant, sans me concentrer sur ce que je faisais, sans vivre l'événement. Et alors, ce fut chaque fois réellement terrible. Mais je suis redevable à pratiquement tous les Sensei de l'Aïkikai. À différents niveaux je suis redevable aussi profondément aux Uchi Deshi de l'Aïkikai. J'ai aussi une « dette » presque démesurée envers feu Kishomaru Ueshiba, et également envers l'actuel Doshu : Moriteru Ueshiba. Et puis il y a Endo Sensei, Osawa Sensei (feu Osawa père, mais aussi son fils), et tant d'autres aussi qui m'ont avec patience insufflé de ce souffle de vie dans l'art. Il serait difficile de vouloir tous les citer. Yamaguchi Sensei fut, parmi tous ceux là, celui qui me donna je crois -comment dire ?- l'image peut-être que l'Aïkido n'est pas un vain mot, et qu'il peut se mettre en acte avec pureté, réellement en acte «par nous».

Pourquoi "Comprendre l'Aïkido", le message du

fondateur vous semble-t-il mal perçu hors du Japon, en France notamment ?

Il y a déjà, au départ, un problème culturel qui fait obstacle à sa perception. La langue japonaise ne facilite pas les choses. Le message du fondateur est en cela (et à mon sens), complètement «codé», le décryptage n'est pas facile, même au niveau théorique.

Pourtant, je n'ai pas la prétention dans ce livre de dévoiler le message décodé du fondateur. Je ne veux pas faire non plus une «leçon de japonais». Ce que je dis, c'est : «Peut-on, nous, occidentaux, avec nos moyens propres de réflexions, retrouver l'authentique SENS de ce message ?». Et la réponse est oui. «Peut-on le mettre en pratique avec notre façon particulière de nous figurer le monde, nous occidentaux, tout en restant DANS l'Aïkido ?» Et la réponse est encore oui. Voilà le véritable propos de ce livre. Son titre n'est qu'un aléa purement éditorial. Au départ le manuscrit s'intitulait : «L'Aïkido de braise» !

Les pratiquants d'Aïkido occidentaux ont-ils besoin d'une autre vision de l'Aïkido que celle de la pratique sur le tatami pour être sur la voie ?

Pour rester sur la voie, je crois bon d'avoir en vue ne serait-ce qu'un

## LE « AÏ » DE AÏKIDO

**"Anéantissement des forces agressives ?" : on a traduit un peu facilement en fait ce concept par ces mots inverses et abstraits de : "amour, union, harmonie" tout en mélangeant tout ça dans un grand sac, alors qu'il s'agissait dans un premier temps indispensable à l'étude de quelque recherche fondamentale beaucoup plus importante (et déjà fort complète en soi), très concrète d'ailleurs contrairement à ce qu'on nous fait croire : une recherche de CONCORDANCE ! Personne n'a jamais à ma connaissance employé ce mot pour désigner le "Aï" de Aïkido. Du moins je ne l'ai pour ma part en 25 ans de pratique jamais entendu de la bouche d'aucun pratiquant français, d'aucun enseignant français. C'est certainement une lacune qu'il serait constructif de combler à ce jour... puisque le mot existe et fait preuve. Car avec ce mot de "CONCORDANCE", simplement, tout s'explique pour nous, français, tout s'explique de l'Aïki et de ses "ambitions".**

**COMPRENDRE L'AÏKIDO page 80.**



Uk (ci-dessus Denis Thomas et Anna Noonan ci-contre), doit ressentir l'intention quand l'engagement de la technique se produit.





**DÉFAIRE UNE IMPASSE**  
*"Défaire l'amour", c'est ouvrir l'amour, le déplier, le défroisser au monde. Peut-être faut-il expliciter ici (...), en quoi le "passeur d'orage" est un agent de la concordance. Le passeur est agent de la concordance parce qu'il défait une impasse, il fait passage à "l'agressivité" d'autrui. Le mot "agressivité", ici employé avec des guillemets, à un sens éminemment large, il se peut même que cette agressivité ne soit pas apparemment violente physiquement mais violence latente, fourbe ou même insidieuse. Le passeur alors doit créer de la concordance de passage, une alliance à cette forme de violence, à ces formes autres aussi, donc en être : lucide.*  
**COMPRENDRE L'AÏKIDO, page 117.**

balisage. Ceci afin de ne pas «errer», car il y a tant à apprendre. De plus, un balisage est également nécessaire pour ne pas tomber dans les pièges grossiers de la montagne. La pratique sur le tatami sera très certainement plus juste si l'on sait pourquoi on pratique (du moins pour ceux qui ne cherchent pas un moyen supplémentaire de domination). Ce n'est donc pas une «autre vision» qui est appelée ici, c'est une vision «éclaircie» de ce que l'on fait et pourquoi. Parce qu'il est plus facile d'apprendre, pour nous surtout, occidentaux, ou de faire, quand on sait pourquoi on apprend, ou pourquoi on fait. Ça aussi, c'est une question de culture. Maintenant, cela reste juste un «balisage». Il ne s'agit pas de dire «changez de vision». Il s'agirait plutôt de dire : «déployons cette vision, et en même temps affinons-la, devenons quelque chose vraiment, de l'AI-ki, et pas seulement le membre orgueilleux d'une chaîne d'ouvriers qui ne voit jamais le produit «fini» de ce qu'on lui dit de construire».

*Le lecteur ne pourra plus appréhender l'Aïkido de la même façon après avoir lu votre livre, mais vous, votre perception a-t-elle évolué avec sa rédaction ?*

(sourire) Que répondre en vérité ? Chaque entraînement, chaque partenaire, est pour nous source de découvertes, de limites à franchir, de pas et surtout d'efforts à faire. C'est ça «la voie». Mais il ne faut pas se leurrer, il ne faut pas mettre en avant juste un contentement intellectuel ou partisan, même si cela «fait plaisir». C'est au corps de continuer à progresser, c'est lui le véritable acteur sur la voie, pas ce que l'on croit être, un corps en confrontation apaisante AVEC la problématique de relation au corps et au cœur d'autrui.

Certes, la rédaction de ce qui est devenu «Comprendre l'Aïkido» m'a permis de mettre certaines idées ou concepts au clair. Ces concepts doivent «passer» dans «mon» (notre) corps, dans «ma» (notre) pratique, les façonner, les

stimuler dans leur relation profonde à «l'autre». La «révélation» me touche bien moins en ce sens que les «découvertes», et ces «découvertes» m'importent encore moins que ce qui les motive : la «recherche de l'expérience vraie». Cette dernière formule ressemble peut-être à un pléonasmisme, mais elle signifie, à mon sens, une recherche vers le vrai, qui dévisage le faux, et donc s'efforce d'éviter le faux. Cette recherche, c'est ce qu'on appelle le BU-DO au Japon, le chemin de peine du guerrier, un chemin de vie, «Tai-A» en fait, le sabre de vie.

Nous sommes des montagnards, finalement, sur une voie. Ce livre est juste une cartographie précise de la montagne Aïkido sur sa face du «AI» principalement. Beaucoup de choses ne sont pas évoquées directement dans ce texte, parce que ce livre évoque seulement, toujours à mon sens, des conditions réellement premières à réunir pour commencer à vouloir faire, penser ou enseigner de l'Aïkido. Donc, ce n'est pas tant ma perception de l'Aïkido qui a évolué grâce à la rédaction de ce livre, c'est mon amour pour l'Aïkido lui-même. C'est cet amour pour la grandeur et la vie au sein de l'acte physique, cet acte qu'on dit «Aiki». C'est lui, je crois, que je tente de faire découvrir concrètement et discrètement par ce livre. Par une cartographie, en fait, de cette voie, ouverte autrefois magistralement par O Sensei. ❀

À lire :  
**COMPRENDRE L'AÏKIDO**  
 Budo Éditions

# L'ÉNERGIE dans la VOIE DE L'ARC



Le contenu du kyudo comme tous les budo japonais, est la voie par l'étude et l'on peut gravir les degrés de la connaissance sans un Maître ayant une très longue expérience. Maîtriser sa discipline par une discipline spectaculaire, certes, mais préoccupé que l'on est de se parfaire, ne doit pas faire oublier, un cœur juste et un esprit libre pour éviter les pièges d'une névrose narcissique. Un des premiers points impor-

tants éternellement soulevé dans le budo est l'énergie. Dire que l'énergie est le moteur qui alimente notre vie n'est pas une découverte. Le ressentir en revanche est une impression qui donne à toute chose son véritable contour, sa vraie dimension. Il suffit d'un regard pour s'apercevoir que tout ce qui nous entoure a besoin d'énergie pour se maintenir en vie. C'est ainsi qu'à partir de soi-même le monde s'organise et

l'on pressent mieux la place que l'on y tient. Curieuse impression, qui dérange d'abord, et qui conduit à faire le tour de ses limites. Sensation d'autant plus pénible que l'on a vite fait le tour du propriétaire ! Quand on est parvenu à maîtriser cette circulation d'énergie, on a l'intime conviction qu'il doit exister un moyen de la maîtriser. Par ce dialogue que le corps entretient avec l'esprit, l'arc dans le Kyudo favorise cette rencontre avec l'énergie. Grâce à sa gestuelle, une profonde respiration du corps, l'observation d'une conscience individuelle par elle-même, le Kyudo irrigue et libère cette vitalité latente qui sommeille en chacun de nous.

Pendant le lâcher, la corde résonne, le son qui varie est le témoin du tir, bon ou mauvais. De toutes les énergies celle qui nous est immédiatement perceptible est incontestablement "le son". Parce qu'il nous environne, parce qu'il nous rappelle à l'ordre, parce qu'il est aussi bien source de plaisir que de désagrément.

Les sons, qui à plus haute fréquence deviennent suprasons et au delà ultrasons, ne sont pour la plupart qu'abstractions que nous aurions du mal à définir, puisqu'ils nous demeurent inaudibles.

Ce qui ne veut pas dire que nous n'en sommes pas impressionnés.

Nous entrerons lors d'un prochain article dans ce vaste domaine des énergies.

*Jacques Normand*

SOSM section Kyudo  
14, rue sensier  
75005 Paris  
01 69 40 91 41

...En temps de paix, l'essence des arts martiaux c'est l'enseignement. Dans le mot ryu il y a l'idée de courant. Dô, c'est la voie, c'est quelque chose qui passe. Si on arrête d'enseigner, ce n'est plus la voie, c'est seulement une technique. La technique martiale vise uniquement à tuer, alors que le but des arts martiaux est de former la personnalité...  
(Maître Minoru MOCHIZUKI)

## DE LA TRANSMISSION TRADITIONNELLE À L'ENSEIGNEMENT MODERNE HISTOIRE D'UNE PASSION (I)

Comme chaque discipline ancestrale, les Arts Martiaux ont connu une lente et inévitable évolution, avec la nécessaire adaptation aux nouvelles conditions culturelles, sociales et tech-

niques imposées par l'Histoire. Le problème de la transmission des connaissances attachées à une école martiale a toujours été de pouvoir transmettre l'intégralité de ses savoirs au cours des généra-

tions, sans modifications ni altérations, ce qui n'empêche nullement la recherche constructive (évolutive) en adéquation permanente avec le milieu et les conditions de vie.

**Maître Alain Floquet 8e dan  
avec Frédéric Floquet 5e dan, Katory.**



Jusqu'à l'ère Meiji, les Arts Martiaux (Bugei) constituaient un ensemble de techniques guerrières destinées à assurer la survie des Bushi d'un clan. Chaque famille possédait ses propres techniques enseignées par les Maîtres des écoles ancestrales, comme le clan d'Aizu avec l'antique Oshiki Uchi et le Ono Ha Itto Ryu. Ces secrets étaient jalousement gardés pour d'évidentes raisons de stratégie. Ces écoles ancestrales directement issues des périodes de guerres incessantes (Sengoku Jidai) appartenaient à la sphère des Bu jutsu, aux techniques particulièrement pragmatiques et proches de la réalité des combats. Leur transmission se faisait en fonction de la confiance directe établie entre un Maître et son disciple, graduellement mais différemment selon les disciples. De plus, ceux-ci se devaient de développer des aptitudes particulières pour comprendre, au travers des rares explications du Maître, la quintessence de son Art. Celles-ci n'étaient jamais très étendues ni très précises et empruntaient souvent une symbolique particulière destinée à la fois à cacher la réalité de la technique, à tromper les non initiés et à marquer de façon symbolique le disciple afin qu'il se rappelle l'origine et le secret de la technique.

Par ailleurs, il faut rappeler que l'avancée dans la voie signifiait pour le disciple la remise en cause ou plutôt la découverte des «failles» inhérentes aux techniques qu'il avait apprises jusque là, corrections apportées afin de lui permettre, selon la règle et la logique interne à chaque école et à chaque clan, de se défaire victorieusement d'un adversaire détenteur de ces techniques ! La remise du Menkyo Kaiden de l'école par le maître signifiait alors que le disciple parvenait à son tour au rang de maître et connaissait l'intégralité des techniques connues de lui.

À partir de l'ère Meiji, les Bugei ont suivi une lente mais inéluctable évolution, au Japon d'abord, de part le monde après la seconde guerre mondiale, qui les ont amenés petit à petit au rang de Budo, avec une dimension plus philo-



**Maître Alain Floquet 8e dan avec Daniel Dubreuil 6e dan, Gogyo Kenjutsu.**

sophique et spirituelle, de formation de l'homme dans son ensemble.

La création des fédérations a induit une institutionnalisation des arts martiaux, afin de codifier et maîtriser le développement de la composante sportive de certains d'entre eux. Le modèle de la lutte et du judo a ainsi été appliqué à l'ensemble des autres arts martiaux tel que le Karaté et, même non-compétitifs, l'Aikido regroupés au sein de la F.F.J.D.A dans les années 60-70. (sous tutelle pourrait-on dire). La création des B.E.E.S. a institué un véritable statut de l'enseignement sportif en général et des Arts Martiaux en particulier. L'évolution parallèle des hommes dans la société a nécessité, au fil des années, l'élaboration d'une pédagogie particulière que les différents arts martiaux ont su mettre en œuvre avec un très large succès. L'Aikibudo, discipline cofondatrice de la F.F.A.A.A., possède également une option spécialisée aux cotés de l'Aikido dans le cadre du brevet d'état d'éducateur sportif spécialisé 1er et 2e degrés d'Aikido. C'est pourquoi une organisation solide a été mise en place ainsi qu'un programme spécifique afin de garantir à la fois la meilleure formation tant initiale que continue

possible de ses enseignants. Cette tâche difficile et ambitieuse a été confiée aux plus hauts gradés de notre École, dans la pure tradition martiale historique. Nous verrons dans ce premier article l'organisation au plan de la forme avant de s'attaquer dans un prochain article au fond même de ces formations.

1° /  
**LE CONSEIL DES  
 KODANSHAS ET  
 LA COMMISSION  
 PÉDAGOGIQUE  
 DU COMITÉ  
 FÉDÉRAL  
 AÏKIBUDO :**

Maître Alain Floquet a souhaité préserver l'enseignement traditionnels des Écoles Daito ryu Aikijujutsu, Tenshin shoden Katori shinto ryu et Yoseikan shinto ryu au sein du programme Aikibudo. Il en résulte une difficile adéquation entre les contraintes de la vie moderne et les rigueurs de l'étude selon le système en vigueur au Japon féodal. Ainsi indépendamment de l'engagement particulier de certains hauts gradés, le collège des Kodansha est le dépositaire des savoirs de ces écoles pour l'Aikibudo ; certains d'entre eux se sont investis en son sein et s'inves-

tissent encore plus particulièrement sur l'une ou l'autre des écoles historiques pour en entretenir et retransmettre l'intégralité. Cette tâche difficile reste un point de passage obligé, réservé à des pratiquants de hauts grades, chargés de responsabilités importantes au sein de l'organisation Aikibudo, et reconnus par le Maître.

Le Conseil des Kodansha est une instance interne regroupant l'ensemble des hauts gradés et des techniciens de notre Art afin de confronter les approches de chacun, d'examiner les points techniques, juridiques ou pédagogiques susceptibles de faire avancer la pratique et de permettre le développement et la pérennité de l'Aikibudo. Directement issu du CERA (Centre d'Étude et de Recherche en Aiki), cette instance se réunit deux fois par an sous la codirection de Maître Alain Floquet assisté de Maître Alain Roinel (7e dan d'Aikibudo et Délégué Technique National Adjoint du C.F. Aikibudo - F.F.A.A.A.) pour faire le

point, apprécier les évolutions nécessaires et donner les grandes lignes directrices pour l'avenir à court ou long terme.

La Commission Pédagogique du Comité fédéral Aikibudo, partie de la C.T.N. Aikibudo, est placée sous la direction de Maître Gérard Clérin (6e Dan Aikibudo et B.E.E.S. 2e degré) D.T.I.R. responsable fédéral de la commission Monitorats et BEES Aikibudo et de Maître Paul-Patrick Harmant (6e Dan Aikibudo et BEES 1er degré) D.T.I.R. chargé d'organiser et de coordonner les Séminaires de préparations au Monitorat Fédéral d'Aikibudo et au BEES spécifique Aikibudo.

Ladite commission pédagogique regroupe égale une partie des Kodansha et est chargée de préparer et de suivre l'ensemble des actions de formations tant initiales que continues des enseignants d'Aikibudo.

2° /  
**LA FORMATION  
 INITIALE DES  
 ENSEIGNANTS  
 EN AÏKIBUDO :**

Deux fois par an, les stagiaires sont réunis pour une période de quatre jours afin d'approfondir le programme spécifique technique et pédagogique du BEES : sont ainsi abordées les bases de l'anatomie et de la physiologie, les notions élémentaires de secourisme, l'en-

**Maître Alain Floquet 8e dan avec Alain Roinel 7e dan, Shiro giri.**





**Maître Gérard Clérin avec  
Thierry Caralp 5e dan, Ikkajo.**



**Maître Paul-Patrick Harmant  
avec Jean Cavarelli.**



**Maître Alain Floquet 8e dan,  
Te No Michi Biki.**

semble des techniques programmées aux 1er et 2e dan, la partie législation et les textes réglementaires régissant le sport en France au sein des fédérations, ainsi que l'approche pédagogique (la science de l'éducation).

Il est évident que la pédagogie reste la difficulté majeure auquel se trouvent confrontés les futurs enseignants, une fois la maîtrise technique du programme Aikibudo acquise. Cette démarche volontaire de transmission de notre Art peut s'apparenter à la décision irrévocable et aux conséquences insoupçonnées de devenir parent : l'éducation d'un enfant innocent des choses de la vie impose la mise en place par ses parents de règles, de contrainte et de limites dans ses opportunités d'apprentissage.

Le rôle du professeur à l'instar de celui de parent sera de faire les choix stratégiques à ses yeux afin de faire «grandir» son enfant ou son élève. Cette démarche éducative passe par la recherche de transformations durables des capacités de l'enfant ou du pratiquant et l'acquisition de compétences particulières liées à la pratique Aikibudo. L'intérêt de la formation pédagogique spécifique de ce stage réside dans la mise à disposition des stagiaires des éléments fondamentaux permettant l'élaboration d'une leçon pédagogique adaptée aux différents critères rattachés à celle-ci : contenu de la leçon, public concerné, moment dans l'année, programme...

Les stagiaires se confrontent quotidiennement aux difficultés théoriques d'élaboration d'une leçon par la rédaction de sujets pédagogiques corrigés individuellement et commentés en groupe par M. Paul-Patrick Harmant et les professeurs diplômés présents lors du séminaire. Par ailleurs les futurs enseignants se heurtent aux réalités pratiques de mise en œuvre de parties de ces mêmes leçons pendant les cours.

Les candidats et les futurs candidats bénéficient de l'expérience des professeurs diplômés présents : que ce soit sur le plan des épreuves liées à l'examen ou de celle de l'enseignement en club. Cet échange

précieux permet la confrontation des à priori théoriques des futurs diplômés avec les réalités pratiques d'enseignants aguerris. Ainsi les futurs diplômés sont-ils préparés avec plus d'acuité aux examens de Monitorat Fédéral ou du B.E.E.S.

### 3° / LA FORMATION CONTINUE DES CADRES DE L'AIKIBUDO :

Les E.R.C.A. (Écoles Régionales des Cadres) regroupent l'ensemble des enseignants et futurs enseignants d'une région afin de permettre l'échange pédagogique des expériences des participants. Placés sous la responsabilité des D.T.I.R. (Délégués Techniques Inter Régionaux) ou des D.T.R. (Délégués Techniques Régionaux), ces stages facilitent la transmission verticale et horizontale des programmes techniques et des solutions avalisées par les commissions techniques et pédagogiques du C.F. Akbd. Elles sont un maillon essentiel de la transmission de notre Art au côté des stages purement techniques et une aide précieuse pour l'ensemble des enseignants qui les mettent en lien direct avec la démarche de Maître Alain Floquet et le collège des Kodansha.

Les stages E.R.C.A. permettent d'uniformiser la technique et la pédagogie dans la transmission des différentes composantes de l'Aikibudo en associant la rigueur des strictes composantes ancestrales ou historiques et la nécessaire adaptation aux réalités culturelles et psychologiques de nos civilisations modernes. Ses objectifs doivent être la recherche de la précision technique, la mise en œuvre d'une pédagogie adaptée, la transmission des informations et des recommandations du collège des Kodansha ainsi que la réflexion constructive visant à l'amélioration de tel ou tel point. Ces démarches de recherches conjointes peuvent alors rejoindre celles plus personnelles initiées dans le cadre de la préparation des hauts grades (cf les mémoires rédigés à partir du 4e dan) ou au sein du C.E.R.A.



**Maître Yukihiro Sugino 9e dan KatoriShinto ryu, Bojutsu.**

4° /  
**LE RÔLE PARTICULIER DU CERA :**

Maître Alain Floquet a eu le souci d'associer dans la pratique Aikibudo l'ensemble des techniques susceptibles de permettre un apprentissage complet des réalités du combat, dans un souci permanent de pragmatisme, d'efficacité et d'adaptation aux évolutions technologiques. En 1973, il avait créé le C.E.R.A. afin d'éviter la chape de plomb qui s'abattait sur la diversité en matière d'Aikido et de préserver d'une part le patrimoine culturel du Maître Mochizuki Minoru et d'autre part son propre acquis martial déjà diversifié et le style qui en découlait.

La co-discipline Aikibudo, associée à la fondation de la F.F.A.A.A., est en quelque sorte la descendante directe du C.E.R.A. créé dans un mouvement de dissidence lors de la création de l'UNA aux lieux et places de la Commission Nationale d'Aikido et l'établissement d'une méthode d'Aikido dite "Nationale" au sein de Fédération Française de

Judo et Disciplines Associées... Aujourd'hui, le CERA est international. Il permet l'échange constructif entre les membres, la recherche de solutions nouvelles tant sur le plan technique que pédagogique et participe toujours activement au développement de l'Aikibudo en organisant la venue (notamment en France) de Maîtres japonais hauts gradés comme dans le passé les grands maîtres Sugino Yoshio et Mochizuki Minoru et actuellement Yukihiro Sugino Senseï (9e Dan de Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu) et Goro Hatakeyama Senseï (Menkyo Kaïden, 9e dan de Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu) ou la publication régulière d'une revue interne comportant des études techniques précises rédigées par les Kodansha de notre École...

Organe d'échanges et d'étude, le C.E.R.A. regroupe l'ensemble des pratiquants d'Aikibudo et de Kobudo concernés par la recherche technique ou fondamentale, et notamment les professionnels de la sécurité (Police, Gendarmerie, Armée, Douanes, RATP et Réseaux



**Maître Goro Hatakeyama 9e dan KatoriShinto ryu, Menkyo kaïden, avec Christian Brun 5e dan, Naginata jutsu.**

Ferrés, etc.) qui trouvent en son sein le creuset idéal pour confronter leurs expériences et mettre en œuvre la technique Aikibudo dans le traitement des situations conflictuelles : les recherches en matière d'utilisation du Tambo et du Tonfa en sont directement issues.

L'organisation interne de la formation des cadres en Aikibudo s'attache à accompagner les candidats à l'enseignement dans les étapes successives liées à ce choix courageux vital pour la survie de notre discipline. Sans l'engagement personnel des professeurs, la transmission s'arrêterait et conduirait inévitablement à la disparition de notre Art, comme ce fut malheureusement le cas pour d'autres écoles martiales traditionnelles. Nous verrons plus particulièrement dans un prochain article le fond même de la formation de nos enseignants au travers du contenu des séminaires de préparation au monitorat fédéral et aux brevets d'état.

**En collaboration,  
Paul-Patrick Harmant et  
Jean-Pierre Valle  
Photographies :  
copyright CERA**

**Séminaire monitorat  
Fédéral et Brevet d'État  
Aikibudo sous la direction  
de Paul-Patrick Harmant  
conférencier  
Réglementation  
Gérard Clerin**

**HAUTE NORMANDIE  
U.S.C.B.,  
du 09 au  
12 novembre 2002,  
240 rue Vittecoq, 76230  
BOIS-GUILLAUME**

**Inscription et  
renseignements :  
03.90.23.16.17. (pro.)  
03.88.72.36.89. (dom.)**

**Séminaire  
Monitorat Fédéral  
de Katori Shinto ryu  
sous la direction de Paul-  
Patrick Harmant  
assisté de Frédéric Floquet**

**GRIGNY (91) les 29 et  
30 mars 2003,  
Gymnase du haricot – gare  
de Grigny centre.**

**Inscription et  
renseignements :  
03.90.23.16.17. (pro.)  
03.88.72.36.89. (dom.)**



**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](http://www.aikido.com.fr)  
Email: [ffaaa@aikido.com.fr](mailto:ffaaa@aikido.com.fr)