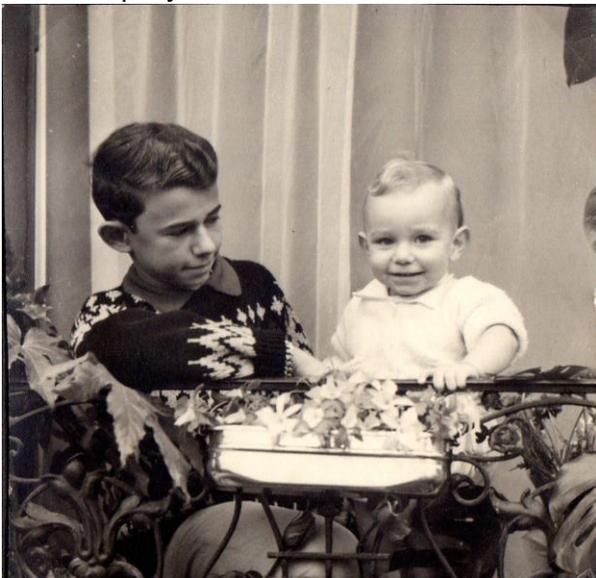


Bruno : J'aimerais que tu me racontes tes débuts dans les arts martiaux ?

Serge : Je m'en souviens encore ! C'était au début de l'année 1966. Mon frère avait 16 ans et prenait depuis 3 mois ses premiers cours de karaté qui avaient lieu dans une ancienne salle de cinéma à côté de chez mes parents au Perreux sur Marne. Les karatékas de son dojo faisaient des *kiäi* (cri poussé à chaque frappe ou technique où le souffle a pour but d'unifier le corps et l'esprit) très impressionnants pour le petit garçon de 4 ans que j'étais. J'ai hurlé de peur et de terreur. Mon frère a demandé à ma mère de quitter le cours que je troublais.



Mon frère et moi en 1964

Fidèle à elle-même elle a refusé répétant à mon frère qu'elle était sa mère, et qu'elle faisait ce qu'elle voulait. Il a donc été obligé de quitter le cours pour ne pas le perturber plus qu'il ne fût. Mon frère m'en reparle d'ailleurs, et j'ai encore quelques uns de ses copains de l'époque qui se souviennent de mes premiers «*kiäi*» de terreur. En tout cas, je trouve que pour un début dans les arts martiaux, c'était plutôt mal parti.

Mes parents sont venus à Rennes en septembre 1967, et mon frère étant émancipé, est resté dans le Val de Marne. Il venait de temps en temps à la maison, et m'initiait un peu à sa façon au karaté. Notre différence d'âge (13 ans) m'a fait me

confronter très tôt à la difficulté, qu'un enfant peut avoir face à un adulte. Mon frère a commencé par me faire frapper sur un *makiwara* (Sac de frappe composé de paille de riz tressée fixé à l'extrémité d'un poteau en bois, décollé du mur que chaque impact de frappe doit plaquer) posé sur un poteau en ciment, dans le champ du voisin, car si mes parents, avaient vu ce que mon frère m'apprenait, j'avais le droit à une déroutée. Sauf qu'après avoir frappé 300 premiers *tsuki* (technique de frappe en karaté) avec chaque bras, je suis rentré les mains en sang. J'ai eu donc droit à une sacrée volée de la part de ma mère, et mon frangin à une engueulade carabinée. Venant nous rendre visite tous les 3 mois, il m'a appris au fil du temps, les 3 premiers *katas* (je n'en n'ai jamais appris plus), mais les plus durs étaient les *jukumités* (le combat libre contrôlé) avec un frère âgé de plus de 13 ans que soi. Bien qu'il contrôlait ses coups, il n'était pas rare, que je subisse des K.O. involontaires de sa part. J'ai certains souvenirs où à 12 ans alors que j'étais de nature chétive et malade, on a pratiqué dans l'année 1974 des *katas* et des *footing* pieds nus dans la neige au milieu de la forêt de Rennes. J'en rigole aujourd'hui, mais à l'époque c'était loin d'être le cas. En tout cas je le remercie réellement, car à l'époque, j'avais de très graves soucis familiaux.



Les mêmes en 2008 lors d'un stage de karaté animé par mon frère à Liffré

Je sais aujourd'hui que mon frère était très inquiet de ma situation, et m'a permis, je m'en rends compte de plus en plus, de me

forger un mental qui me sert encore aujourd'hui dans bien des occasions. Aujourd'hui, âgé de 60 ans, 5^{ème} Dan, il pratique toujours le karaté 3 à 4 fois par semaine et est le président fédéral de la ligue du Val de Marne.

En 1978, lorsque j'étais en seconde, j'ai commencé le karaté, à Rennes chez Yves LOEDY à la Motte Brûlon. Je suis allé chez lui, car il faisait venir à l'époque en stage Jean-Pierre Lavorato un des plus grand Karatéka actuel, élève très proche de Maître KASE, qui était chef de file du Shotokan en France. Jean-Pierre Lavorato est un ami de mon frère, et lors d'un stage de karaté en 1974 qu'il effectuait à Fréjus, j'ai eu la chance de voir pratiquer tous les grands maîtres de karaté de l'époque (SHIRAÏ Senseï, ENOEDA Senseï, KASE Senseï, Jean-Pierre Lavorato Senseï etc...). (Senseï veut dire professeur).



Kasé Senseï

Je garde encore aujourd'hui, un souvenir inoubliable, lorsque j'ai vu combattre à 1m50 d'où j'étais dans les vestiaires du dojo, Kasé Senseï et Shirai Senseï dans un jukumité libre, où j'ai encore en mémoire l'impact et la puissance des frappes de ces deux maîtres, et

de la supériorité tactique et maîtrisée très avancée de Kasé Senseï dans ce combat improvisé. Cela m'a profondément marqué. C'est pour cette raison que j'ai fait du karaté. Ce qui a surpris tout le monde c'est qu'à 16 ans et ceinture blanche, avec le peu de kata que je maîtrisais à peine, je pouvais aisément combattre avec une ceinture noire niveau 2^{ème} Dan, puisque pendant un certain nombre d'années, personne ne savait que je m'étais entraîné avec un adulte de 13 ans mon aîné. Malheureusement, pour passer des ceintures, il fallait faire des compétitions, et cela ne me plaisait pas réellement.

J'ai donc continué deux ans et puis je me suis inscrit à Cesson Sévigné chez Jean-Yves Poirier qui pratiquait le karaté SANKUKAÏ, karaté conçu par NANBU Sensei et dirigé par TSUKADA Senseï. Je me souviens qu'on le surnommait Malboro car tout de suite après quatre heures de pratique, à chaque fois il s'en allumait une. Le karaté était plus mobile, mais moins puissant et beaucoup plus basé sur des cercles et des esquives. C'était très intéressant, mais c'était également un karaté axé sur des compétitions et cela me rebutait : pour moi, le travail essentiel est de répéter les techniques tout seul ou avec partenaires pour en trouver le sens efficient. Les combats font partie de cette recherche, mais non les compétitions. En effet, l'adversaire permet simplement de révéler nos lacunes. La compétition véritable est celle que l'on se fait à soi-même, et non celle que l'on fait à l'autre, pour une place, une ceinture, un trophée ou toute autre chose. J'ai depuis longtemps toujours eu à la conscience cette conception des choses et aujourd'hui malheureusement, le monde se meurt de l'état d'esprit de gagner sans perdre. Actuellement dans tous les domaines, on n'a plus le droit de perdre ni de faire des erreurs, et pour ce dogme on exclue. Les erreurs au contraire, nous montrent le chemin et les progrès que nous pouvons faire. Les erreurs nous démontrent au quotidien notre apprentissage permanent. C'est lorsque que l'on croit savoir, que nous sommes en

danger car nous sommes dans l'illusion. Gagner un jour ne peut être sans perdre le lendemain : c'est le juste équilibre des choses.

Bruno : Pourquoi l'aïkido ?

Serge : Je ne faisais plus de sport depuis trois ans, et je vivais sur mes acquis. J'avais surtout une vie dissolue. Musicien, je fumais et buvais pas mal à l'époque. Un jour au début de l'année 1986 lors d'un repas, j'ai vu pour la première fois chez Yannick Jousseau (élève le plus ancien à l'époque de Daniel) une vidéo de Daniel Toutain avec comme partenaire un haltérophiliste.

J'avoue qu'au premier coup d'oeil j'ai trouvé cela facile à pratiquer et que ce partenaire, certes impressionnant par sa taille, se laissait faire. Mais j'ai vite déchanté par la suite.

Ma première rencontre avec Daniel a été dans son dojo Route de Fougères à Rennes. Je suis venu pour mon premier cours et tout était encore en travaux. Je l'ai appris par la suite, c'est une constante de Daniel. Ma première rencontre est celle d'un pratiquant devenu célèbre (Eric Beaumard 1^{er} Sommelier Vice Champion du Monde en 1998) que j'aurai toujours en mémoire. Ce dernier est venu à moi pour me renseigner, et est descendu de l'escabeau en posant son pied droit dans un pot de peinture tout frais. J'ai donc commencé mon 1^{er} cours d'aïkido par un coup de main pour finir l'installation du dojo. Je ne savais pas à l'époque qu'avec Daniel j'en construirais deux autres plus tard.

Mon 1^{er} cours m'a très vite enthousiasmé, car j'ai retrouvé en Daniel la passion du véritable budoka (guerrier). En fait j'ai fait de l'Aïkido, car la personnalité engagée et insoumise de Daniel m'a immédiatement plu et correspondait parfaitement à ce que j'attendais d'un professeur d'art martial. Si Daniel avait fait du Judo avec le même enthousiasme, je l'aurais suivi sans problème. Il avait son dojo personnel. Cela donne une

autre dimension martiale. Quelques années plus tard, je lui suis d'ailleurs resté fidèle quand il a arrêté l'aïkido pendant deux années pour se consacrer au Wing Shun (art martial chinois) avec Nino Bernardo en 1989. En fait je retrouvais chez Daniel tout l'enseignement et le même esprit martial que m'avait laissé mon frère.



Daniel me projetant sur shihonage en 1987
au dojo Quai d'Ille et Rance

Bruno : Quelles sont les rencontres qui t'ont confirmé dans la pratique et l'enseignement de Daniel ?

Serge : A l'époque Daniel suivait l'enseignement de TAMURA Senseï. J'ai démarré en mai 1986, et venais quasiment à la plupart des cours, tellement je trouvais cela enrichissant. L'ambiance y était vraiment sympa. Pas de discours, on était toujours en mouvement. Pour ma part, je ne m'entraînais qu'avec des ceintures noires car il y avait très peu de débutants à l'époque. Pourtant, plusieurs choses dans la pratique m'intriguaient et me dérangeaient.

Premièrement, le travail n'était pratiqué que de façon fluide. C'était très physique. En karaté on travaillait d'abord kihon (travail statique). Ce travail était intensif certes, mais manquait de précision.

Deuxièmement, on ne faisait pas de Kïai, en karaté si.

Troisièmement, il y avait trop de styles différents en Aïkido.

Quatrièmement, on ne parlait que de la correspondance du travail des armes et du taï jutsu (pratique à mains nues), mais je trouvais que les formes de corps entre le travail des armes et celui à main nues, étaient très différentes et pas cohérentes du tout dans leur exécution. Le travail n'était pas intégré. Je n'ai jamais perçu de rapport entre le iaï (Ecole japonaise basée essentiellement sur la dégaine et la coupe du sabre) par exemple et l'Aïkido. On me disait de pratiquer plus pour sentir et que je comprendrai un jour. Débutant, j'ai donc suivi le précepte, mais sans conviction. Une chance à l'époque, avec Daniel on pratiquait déjà les armes tous les jours selon les 1^{ers} livres de Morihiro SAÏTO Senseï. Mais quand aujourd'hui je regarde les formes de corps que l'on avait, c'est là que je m'aperçois des terribles confusions et méconnaissances que l'on avait à l'époque sur l'Aïkido du fondateur...Daniel y compris. En tout cas la sincérité de la pratique y était et c'était le principal.

Mis à part la rencontre de Daniel, j'ai donc fait ma première découverte de l'Aïkido de NORO Senseï sans le voir personnellement, au travers de la pratique de Daniel. En effet en 1987, il était très en recherche remettant un peu en cause la pratique de l'Aïkikaiï (organisation mondiale de l'aïkido), et s'était mis à travailler de façon très physique. Elèves, nous avons eu le tort pour son anniversaire, de lui offrir un chronomètre, et en 60 secondes, nous devons faire le maximum de série de chutes. Daniel en faisait 60. Pas nous et loin de là.

Au printemps, pour ceux qui le désiraient, nous devons faire 1000 séries de chutes pendant six jours avec une coupure le 4^{ème} pour casser le rythme. J'ai personnellement pratiqué cela quatre années de suite. Beaucoup d'aïkidokas d'aujourd'hui qui prétendent avoir compris l'énergie de l'univers feraient bien d'essayer pour voir si ce qu'ils prônent fonctionne réellement. Avec ce travail particulier, on voit tout de suite ce

que l'on prétend par rapport à ce qu'il nous reste à faire. Il est très facile de parler d'harmonie et d'énergie de l'univers, mais pour qu'elles demeurent en nous à chaque instant de la pratique, c'est une autre paire de manches. On peut très vite être dans l'illusion. D'autre part pour travailler la puissance des hanches nous devons agrandir démesurément les techniques d'aïkido et les chutes. Je n'ai jamais vu une pratique aussi éreintante. En plein hiver 1987, il gelait tellement dans notre bâtiment préfabriqué, que le midi la température ne dépassait pas les 5 degrés. Daniel nous a fait pratiquer pendant un mois deux uniques techniques nikkyo et shihonage (techniques d'aïkido). Que ça. Je ne vous dit pas l'état des poignets, plus la fatigue physique avec ce travail corporel particulier. Nous trempions nos kimonos de sueur tout en ayant les pieds gelés. Je n'ai jamais vu cela autre part. Un autre travail était pour les plus anciens de faire des suburis (répétition de techniques d'armes) avec une barre de fer soit de 3 kg, 5 kg ou 7 kg, pour renforcer la saisie. Nous avons pratiqué cela de nombreuses années. Aujourd'hui je dois ma constitution physique et ma solidité à ce travail que je continue toujours par période. Noro Senseï bien que je ne l'aie jamais connu, était un athlète doué d'une intelligence particulière, car il avait le sens profond du mouvement et de l'effort physique. Tous les élèves qui sont issus de son école ont une constitution et une puissance physique singulière (Pascal Bernard par exemple pour ceux qui le connaissent, et Daniel bien entendu). Si Noro senseï avait suivi Saïto Senseï, je pense qu'il serait devenu l'un des plus grands maîtres d'aïkido actuels. En tout cas grâce à ce travail, je ne me suis jamais accidenté à l'aïkido et n'ai jamais été embêté par un pratiquant. J'ai pu être uké (partenaire qui subit la technique) de plusieurs grands professeurs sans avoir aucune difficulté, ni blessures particulières.

Ma deuxième rencontre a été avec le wing shun quand Daniel a arrêté l'aïkido pendant deux années pour se consacrer à cet art.

Pourquoi ? Il trouvait après 21 années de pratique, que certaines techniques n'étaient pas efficaces dans un combat réel et que surtout quand il posait des questions embarrassantes sur l'efficacité réelle de l'aïkido, il n'avait aucune réponse précise à des questionnements très concrets. Il a donc été très attiré par cet art martial chinois, qui peut rendre un combattant très efficace en très peu de temps. Le travail est très sympa, mais redoutablement efficace et pragmatique car il est basé sur des formes très étudiées.



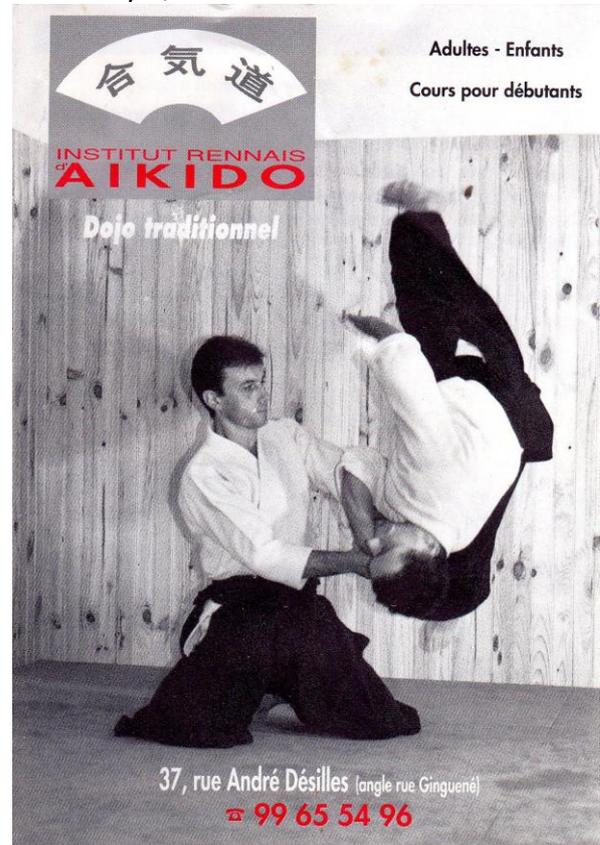
La pratique du wing Shun avec Sifu Nino Bernardo en 1989

Par contre on travaille en permanence la sensation des avant-bras en rapport avec la ligne centrale. Avec un combattant en wing Shun, dès qu'il se trouve en contact avec une partie de votre corps, telles des antennes, ses avant-bras vous enferment dans un piège. A aucun moment vous ne pouvez avoir la ligne centrale.

J'ai toujours en mémoire la gentillesse de Sifu (professeur en chine) Bernardo, telle qu'aussi certains de ces élèves de l'époque en ont profité un peu trop, de lui et de sa générosité. C'est aussi pour cette raison que Daniel en 1991, est revenu à l'Aïkido et à ses principes fondamentaux, car il y trouvait une dimension martiale et spirituelle peu commune. Je tiens à signaler que Daniel, qui avait en 1988 pas moins de 130 élèves, en a perdu la quasi-totalité quand il s'est mis à pratiquer le wing shun, et qu'il a reperdu

l'autre quasi-totalité de ses élèves quand il a repris l'Aïkido.

En fait nous sommes deux à être restés avec lui jusqu'à ce jour : Eric Savalli 5^{ème} dan Iwama Ryu ,et moi-même.



Prospectus pour l'aïkido en 1991

La troisième rencontre fondamentale et qui a été non seulement le couronnement mais aussi la suite logique de la pratique de Daniel, est celle évidemment avec Saïto Senseï. Cette rencontre est l'aboutissement du chemin qu'a ouvert Daniel tout au long de son parcours de pratiquant sincère et acharné. Depuis le début de ma pratique avec lui, nous travaillions tous les jours avec les livres de Saïto Senseï et le premier film d'Aïkido qu'il m'est été permis de regarder était un de ses films. Quand Daniel est rentré de son premier stage et de sa rencontre initiatique à Iwama, avec lui en 1992, il était fondamentalement bouleversé en profondeur. D'abord, il y avait la véritable position hammi (position triangulaire qui permet de n'exposer à l'adversaire que la moitié du corps), le kiai et surtout le kihon, sans lequel le kinonagare (forme fluide) ne peut être intégré. Moi je

retrouvais enfin mon élément de base, comme au karaté. Sauf que pratiquant depuis bientôt huit ans, je me retrouvais bloqué par des débutants, et cela a été très difficile pour mon égo. Cela a duré plus de deux ans où je me demandais ce que je venais faire là.

Au niveau de la pratique, je me suis retrouvé dans un vide sidéral, et c'est grâce aux élèves auprès desquels j'enseignais à ce moment là, que j'ai trouvé mes ressources pour continuer à pratiquer.

Je devrai toute ma vie de pratiquant, une attention particulière aux débutants. En fait, ce sont eux qui ont la clef de la progression de leur professeur. J'ai quand même mis plus de deux ans à le comprendre.



Saïto senseï et Daniel en 1998

Ce qui m'a toujours étonné chez Saïto senseï a été la similitude de ses formes de corps avec celle d'O Senseï (le fondateur maître Morhei Ueshiba était appelé ainsi. Cette appellation est donnée aux experts exceptionnels) ainsi que le même timing dans ses esquives. Lui seul jusqu' à présent a eu

ces formes de corps et ce rythme unique. 23 ans de pratique quotidienne avec O'Senseï ça ne peut que marquer ! En tout cas Daniel a travaillé d'arrache pied comme personne pour changer ses formes de corps. Il a toujours été quelqu'un d'instinctif et sentait que ces formes de corps particulières étaient la clef de la compréhension de l'authentique aikido : c'est-à-dire celui de O'Senseï.

Lors de son 2^{ème} séjour à Iwama (village où O'Senseï a fondé l'aikido et vécu les 30 dernières années de sa vie) Saïto senseï a reconnu à Daniel, son niveau de 4^{ème} Dan fédéral de l'époque, qu'il avait depuis longtemps (1982). L'année suivante Saïto Senseï lui a remis son 5^{ème} Dan Iwama Ryu. Belle consécration ! Je me souviens d'un repas en 1994, où Saïto senseï a dit en petit comité, qu'il avait rarement vu quelqu'un changer de forme de corps aussi rapidement que Daniel, c'est-à-dire environ pas plus d'un an et demi pour modifier totalement 24 années de pratique. Ceci montre non seulement tout l'engagement de pratiquant de Daniel, ainsi que sa puissance de travail, de recherche, d'expérience multiple, mais aussi son attachement et son intelligence particulière pour intégrer aussi rapidement le profond esprit de l'Aikido.

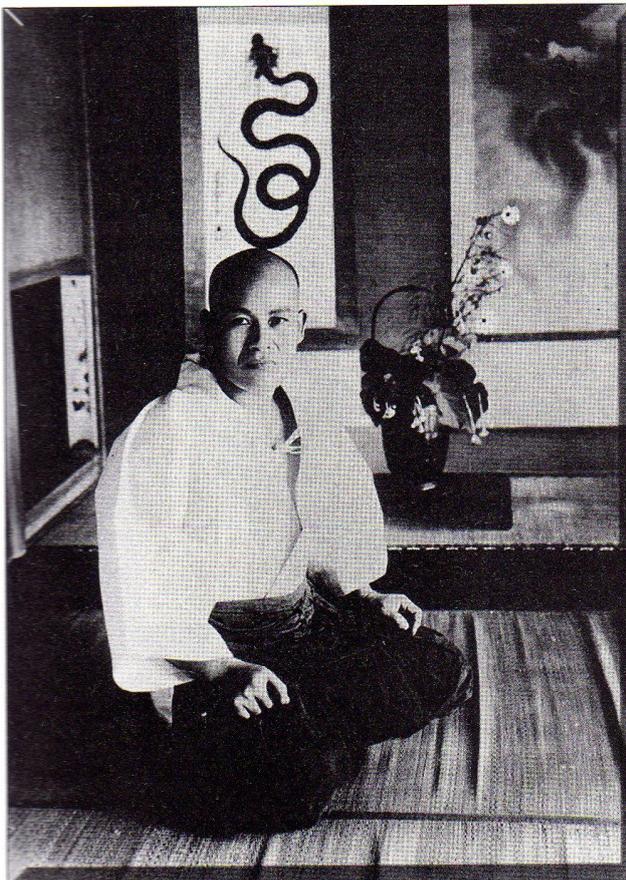
Bruno : Quelles relations as-tu trouvé entre la pratique à mains nues et les armes ?

Serge : Comme je l'ai expliqué tout à l'heure, au début, c'est-à-dire avant de connaître la pratique d'Iwama, avec mon humble expérience de karatéka, dans l'aikido, je ne trouvais aucun rapport entre les armes et la pratique à mains nues dans l'aikido de l'aïkikāï enseigné actuellement dans le monde entier. D'autant plus qu'il y a un nombre incalculable de styles différents en aikido et que tout le monde le fait un peu à sa sauce. Ce n'est aucunement une critique de ma part, car je respecte profondément la recherche et les liens que peuvent mettre en évidence chaque pratiquant et enseignant, mais le constat est là !

Regardez attentivement les différents maîtres des divers styles proposés et vous vous apercevrez que leur forme de corps en taï jutsu est fondamentalement différente de leur pratique avec armes. De plus est, qu'aucun n'a la forme de corps exacte du fondateur. Seul Saïto Senseï, l'avait, car il a été le seul élève où chaque jour il pratiquait avec pour unique professeur : O'Senseï. Lui seul lui a appris les armes de l'Aïkido, ce qu'aucun des autres maîtres n'a eu comme enseignement. Et c'est ce qui fait la différence. Saïto senseï a non seulement pratiqué et appris les armes d'O senseï, mais aussi a participé à l'élaboration finale et définitive des formes corps qui ont évoluées à Iwama, entre la pratique du Daïto Ryu (école martiale dirigée par TAKEDA Sogaku Senseï qui a fortement influencée O'senseï pour créer l'aïkido) et l'Aïkido. **Saïto Senseï n'a eu que l'enseignement direct du fondateur quotidiennement durant 23 ans.** Toute l'essence même de la compréhension primordiale de l'aïkido est assimilée

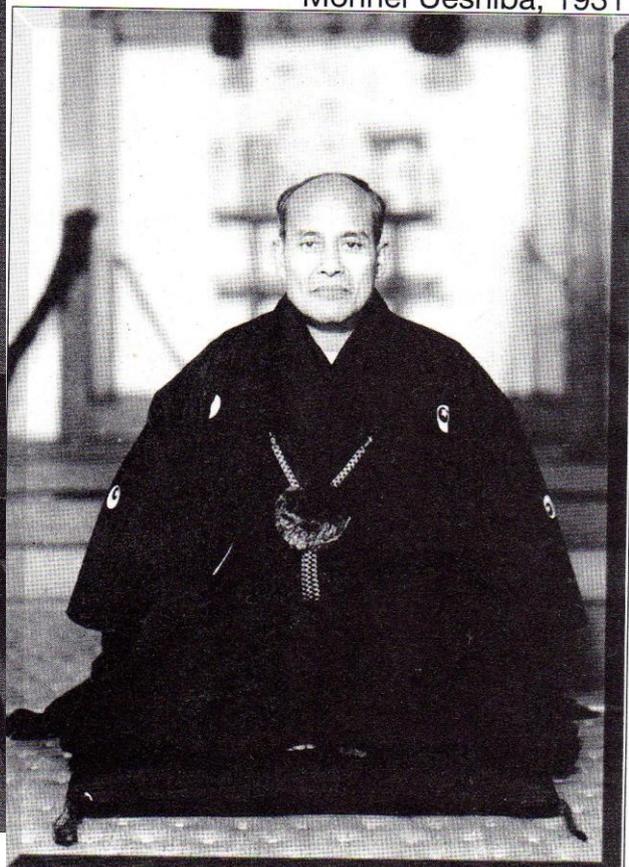
justement dans ce lien qui unit les formes de corps aux armes et en taï jutsu.

Toutes les écoles qui prétendent que le travail des armes n'est pas nécessaire sont en fait dans la méconnaissance la plus totale, historique et structurelle de l'aïkido. En effet, le iaido, le kendo, etc ... sont des écoles très respectables et efficaces en combat réel, mais n'ont aucun rapport direct avec les formes de corps propres à l'aïkido. Il y a confusion. Bien sûr O Senseï a invité d'autres experts mais jamais on ne le voit directement faire une démonstration de kendo (école de sabre), de katori shinto ryu (école de sabre du style katori shinto), de jodo (école de bâton), de iaido ou de naginata (arme ressemblant à une faux mais aussi longue qu'une lance) sur aucun de ses films. Par contre de ces grandes écoles, il en a retiré l'essence de ce qu'il pouvait incorporer à son art. **Seul Saïto senseï a pratiqué les armes de l'aïkido c'est-à-dire enseignées telles que le fondateur les pratiquait.**



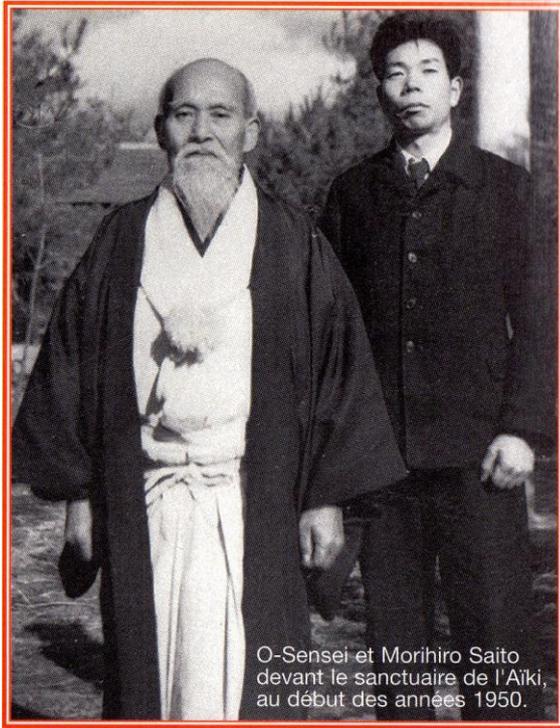
Morihei Ueshiba, 1922

O'Senseï à 39 an



Morihei Ueshiba, 1931

O'Senseï à 48 ans



O-Sensei et Morihiro Saito devant le sanctuaire de l'Aïki, au début des années 1950.

O'Senseï et Saïto senseï en 1950

Saïto Senseï seul a eu l'autorisation pendant une courte période de les enseigner à Tokyo. Personne d'autre. Alors libre à chacun de penser ce qu'il pense. Je ne veux entrer en aucun cas en querelle avec qui que ce soit. Mais le problème est que l'on ne peut nier les 23 années que Saïto Senseï a passé auprès de O senseï. Ceci est historique. Etre pratiquant à Iwama, voulait dire que l'on avait comme unique professeur O'Senseï. C'est tout. **C'était son dojo et celui de personne d'autre.** Lui seul enseignait. Saïto Senseï nous rappelait à chaque fois que l'on allait à Iwama, que le dojo dans lequel on pratiquait était celui du fondateur et que lui-même ne pouvait enseigner autre chose que l'aïkido tel que l'avait créé et l'enseignait O'Senseï.



Pratique des armes avec le fondateur devant le dojo d'Iwama, vers 1953.

O'Senseï et Saïto senseï pratiquant le ken en 1953

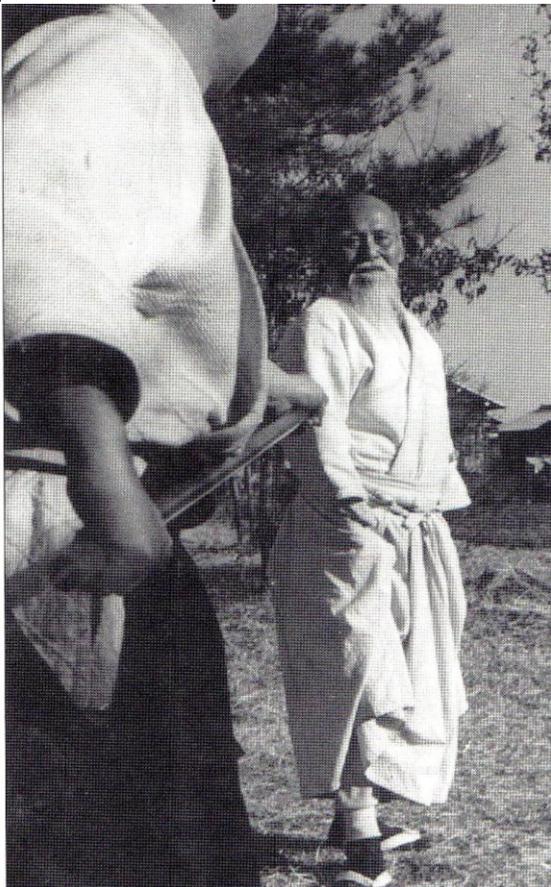
A Tokyo, ce n'était pas la même chose, car il y avait une multitude de professeurs. Certains pratiquaient les armes d'autres écoles, les autres non et O'Senseï ne s'y rendait qu'une fois par mois. C'est pour cela qu'il y a un trouble actuel, sur la pratique des armes ou non en Aïkido et que plusieurs styles s'y sont développés. Tout le monde s'est réclamé élève direct du fondateur, mais **personne d'autre que Saïto senseï n'a été le disciple le plus en apprentissage quotidien auprès de O'Sensei.**



Saïto Senseï pratiquant le ken en 1998

Bruno : Peux-tu me définir la position hammi ? On dit qu'en Kihon, il ne faut ni tirer ni pousser. Ceci est valable pour un partenaire parfaitement neutre dans sa saisie, mais en tant que pratiquant je n'ai eu que rarement ce type de partenaire. Est-il faux de s'adapter en tirant ou en poussant pour prendre le centre ?

Serge : A Iwama, la position Hammi est d'une précision sans équivoque. C'est ce qui m'a le plus posé de problème quand j'ai commencé cette façon de pratiquer, car je n'arrivais pas à trouver mon équilibre. Cette posture particulière et très précise, quand je la pratique correctement m'épuise, car elle seule permet un verrouillage intangible du corps. Comme tu le vois sur cette ancienne photo d'O'Senseï, elle met les hanches de $\frac{3}{4}$ avec la sensation que tu pousses de face. Le corps se retrouve unifié, et la sensation que nous devons avoir est celle d'un bloc relié au sol. Grâce à cette position triangulaire, chaque mouvement que nous faisons est puissant naturellement car notre corps pousse le sol en permanence.



O'sensei avec la position hammi et Saïto Senseï

Nous effectuons la même chose quand nous poussons une voiture en panne. La difficulté est qu'en aikido, nous devons conserver cette sensation à chaque technique, et que la saisie de tout adversaire nous dérange et nous perturbe profondément d'autant plus si ce dernier saisit avec les mêmes principes. Les armes de l'aikido telles que le pratiquait le fondateur nous apprennent, **non seulement à saisir avec tout notre corps, mais aussi à harmoniser notre centre avec notre saisie.** En fait c'est exactement la même chose. L'un ne va pas sans l'autre. C'est tout le sens du mouvement de base tai no henko (technique de base en aikido). C'est le principe même de l'aikido. Et les frappes me direz-vous ? Et bien si elles ne sont pas directement reliées au centre, nos frappes n'ont aucune efficacité. Les frappes ont la même ligne de force que les saisies, mais sans contact. C'est tout. L'efficacité de l'aikido ne se voit pas. Cela n'est pas spectaculaire au premier coup d'œil, car la pratique est interne. Beaucoup de pratiquants croient que sous couvert d'harmonie on doit être complaisant, et c'est une grave erreur. On ne doit pas bloquer non plus, car là le partenaire n'est plus neutre, et la direction de sa force peut se retourner contre lui. On doit saisir correctement, c'est-à-dire de façon à ce que le partenaire ne puisse pas nous frapper mais sans tirer ni pousser, tout ceci à partir de son centre. Si le partenaire pousse ou tire c'est que sa saisie n'est pas correcte et que l'on peut le frapper, même s'il est plus puissant que nous. On rentre alors dans le domaine des applications car on s'adapte à une situation donnée mais qui n'est pas juste. Seul le travail de base permet de comprendre l'essence et la richesse de l'aikido dans sa notion de justesse. Ceci est fondamental car la moindre petite erreur de saisie, en combat réel peut nous être fatale si elle n'est pas effectuée correctement. Par contre si elle est exacte, en kihon, on maîtrise véritablement des adversaires plus puissants que nous, et par voie de conséquence en kinonagare. De plus la neutralité nous permet de ne pas faire sentir nos intentions à nos adversaires.

Il ne faut surtout pas négliger non plus le sens des saisies. Dans beaucoup d'écoles d'aïkido, le sens profond de saisir est totalement oublié. Dans les anciens dojos traditionnels, celui qui saisit est l'élève le plus gradé, car en combat réel, la saisie ne dure pas plus qu'une fraction de seconde. Au moment où l'on attrape l'ennemi, on frappe en le déséquilibrant. On coupe sa force du sol. Mais tous nos angles de vulnérabilité doivent être parfaitement verrouillés. Le génie du fondateur de l'aïkido est qu'il a, à force de pratique, exceptionnellement compris l'essence profonde de nombreux arts martiaux, et qu'il a découvert une forme de corps universelle qui verrouille tout partenaire. En aïkido, la justesse d'exécution est primordiale et uniquement le travail des armes nous permet cette compréhension intime.

Bruno : Qu'est-ce que le kokyu ?

Serge : C'est que je viens de dire. Apparemment tu n'écoutes pas ou plutôt je m'exprime mal (rires..). Non je plaisante. En fait le kokyu résume exactement ce que je viens de répondre à tes questions précédentes.



Saito Sensei pratiquant kokyu nage

Chacune des extrémités de nos bras, et par extension les armes, doivent être reliées à la force du sol. Notre corps n'est que le vecteur de la force terrestre. Mais ceci n'est possible

qu'à l'unique condition que notre position hammi, et nos formes de corps soient parfaitement correctes. De façon statique, tout notre corps doit évoquer globalement le concept du cercle. Beaucoup d'aïkidokas en parlent en pensant au mouvement fluide. J'estime que cela aussi est une confusion car même si il y a des déplacements circulaires dans le kinonagare de l'Aïkido, on peut raccourcir à l'extrême la même action en faisant la technique sur place, sans faire de mouvement circulaire. Je pense donc que quand le fondateur parle de cercle dans l'Aïkido, il en parle pour les formes de corps qui doivent respecter ce principe fondamental.

Grâce à cette forme de corps caractéristique conceptualisée par O'sensei, kokyu c'est non seulement saisir avec tout notre corps, mais aussi harmoniser notre centre avec notre saisie et uniquement le travail des armes enseignées par Saïto Sensei nous permet d'appréhender cette conception un peu particulière.

Bruno : Est-il vrai que les aïkidokas qui pratiquent les kata 13 et 31, les kumijos, les suburis du ken et du jo, pratiquent en fait le travail qu'à codifié Saïto Sensei ?

Serge : C'est tout à fait exact. Ta question ne peut mieux définir la réponse. O'Sensei a rebaptisé **Morihito** Saïto sensei par le prénom de **Morihito** qui veut dire «celui qui protège» ou «le gardien». Ce n'est pas par hasard, car en 23 ans O'sensei a pu étudier la loyauté et la fidélité de son jeune élève. En effet c'est grâce à l'énorme travail pédagogique de ce dernier effectué tout au long de sa vie d'enseignant, que l'aïkido a pu être préservé dans l'esprit authentique du fondateur.

Mais pour apprendre à une multitude d'élèves, Saïto sensei a été obligé de digérer, d'intégrer 23 ans de pratique quotidienne avec O'sensei pour le transmettre. C'est pour cette raison qu'il a codifié cet enseignement

de cette façon où il a décomposé en un certain nombre de mouvements tout le travail des armes. Lui aussi a dû finaliser sa pédagogie. C'est pour cela que la fin des coupes au ken par exemple, se termine totalement à l'horizontal par rapport aux premiers films, et si tu regardes bien, la forme de corps de Saïto Senseï âgé est rigoureusement à l'identique de celle qu'il avait quand il était jeune.

Pour le principal il y a :

Au jo :

- 31 mouvements pour le kata des débutants, 13 mouvements pour le kata plus avancé dont certains professeurs le décomposent en 14 mouvements, mais ceci est une méconnaissance totale du kata car le mouvement n°2 contient 2 mouvements enchaînés à lui seul. Ce kata est plus avancé car il se pratique contre plusieurs. Historiquement, il y a beaucoup plus de mouvements dans ce kata, mais il ne contient que 13 mouvements, car Saïto senseï ne se souvient que des 13 premières applications. Donc par honnêteté, il a arrêté ce kata jusqu'où il s'en souvenait. Ces 2 katas ont leurs différentes applications avec partenaires.

- les 20 suburis du jo. Il a codifié ces mouvements, car on les retrouve sans arrêt dans les applications à 2

- Il y a aussi les différents happo guirri (les 8 directions) au jo.

- Il y a les 10 kumijos avec d'infinies variations

Au Ken :

- Il y a les 7 suburis du ken

- Il y a les différents happo guirri et le Kimusubi no tachi (travail d'harmonisation)

- Il y a les 5 kumitachis de base avec d'innombrables variantes

Bruno : Serge pourquoi dis-tu que l'aïkido ne peut pas être un sport ?

Serge : Un sport est une activité physique certes passionnante mais où la finalité est la

compétition. En aïkido il n'y a pas de compétition. On ne peut gagner si l'on n'apprend pas à perdre. La vie et les lois fondamentales de l'univers sont basées sur l'échange. Tout ce que l'on exclut est appelé à être réinséré. Ce sont les erreurs qui nous apprennent. Pas l'enseignant, car aussi bon soit-il, lui ne peut faire votre chemin à votre place. C'est vous qui transpirez et êtes essoufflé. Lui ne peut rien pour vous dans votre confrontation à l'autre et surtout à vous-même.

D'autre part, tori (celui qui fait la technique) a besoin d'uke (celui qui subit la technique) pour progresser. Mais uke ne subit pas réellement la technique, s'il relie son centre en permanence avec le sol.

En fait il fait la technique de tori à l'envers. Donc tel un miroir il progresse de la même façon que tori pendant la technique. Dans les arts martiaux, il y a le mot art. Pour quelles raisons ? Le mot art est à employer dans le sens de transcender. L'art de la guerre (budo) est issu, comme les codes de l'honneur dans la chevalerie de notre époque moyenâgeuse, des nombreuses batailles guerrières terriblement meurtrières. En effet depuis le commencement du monde, l'homme fait la guerre et garde en mémoire non seulement les frayeurs qu'elle occasionne, mais aussi la façon dont on peut y persister. Les personnes qui survivent, même si parfois la chance peut être de la partie, ont certainement trouvé une certaine justesse dans leur attitude face à la mort, aux combats, et aux horreurs qu'occasionnent les guerres. Toutes les techniques de combat de la terre entière, sont issues de la survie de ces guerriers depuis la nuit des temps. C'est pour cela qu'un art martial ne peut être un sport. De plus comment expliquer, qu'avec l'âge, lorsque la force physique diminue, le budoka devienne beaucoup plus efficace qu'à ses débuts lorsqu'il était jeune ? Sinon parce qu'il façonne en pétrissant son corps dans une pratique quotidienne, pour arriver à intégrer une sensation de plus en plus juste et subtile à chaque technique. Si les bases sont

correctes et la pratique sincère, l'âge nous permet cela. Il nous aide à transcender notre pratique. D'ailleurs si la pratique est bienséante, on doit ressortir du cours le corps fatigué mais puissant, détendu, la tête vidée, avec une sensation de bien-être globale et agréable. Un «bon kimochi» comme disait Saïto Senseï. C'est aussi avoir passé un bon moment de partage plaisant avec les autres au travers de la pratique. C'est pour cette raison que la pratique est très codifiée selon un rite de bienséance, de respect et d'humilité envers soi et envers autrui sinon c'est le combat réel, où aucune règle établie ne peut exister. C'est tout le contraire de ce qu'il se passe actuellement pour la plupart des sports où seul compte l'argent, gagner à tout prix même en trichant car la gloire et les enjeux financiers sont trop importants. Quand je vois la violence des stades, les propos racistes, les injures, le dopage, je suis très heureux de pratiquer un art martial qui va totalement à l'encontre de ces dérives sportives.

Bruno : Serge tu pratiques et enseignes depuis de nombreuses années. Peux-tu me dire si malgré ton expérience tu continues toujours à apprendre et pour quelles raisons donne-tu des cours ?

Serge : La raison en est simple, c'est que je suis quelqu'un d'assidu, et qu'au bout de trois années de pratique, Daniel m'a demandé si cela m'intéressait de donner mes premiers cours. Je pense également qu'il a perçu chez moi, une personne très communicative et surtout très passionnée. Depuis 1986, je n'ai jamais gagné un seul centime avec l'aïkido, ce qui me laisse entièrement affranchi d'entreprendre ce que je veux et de n'être absolument sous la contrainte de personne, ni sous la coupe de quelque organisme ou fédération que ce soit. Seule la passion de la pratique et la compréhension de l'aïkido me motivent. Je suis entièrement libre. Ma seule intention est de continuer à intégrer avec l'instruction de

Daniel, la richesse de l'enseignement de Saïto Senseï (j'en ai encore pour quelques nombreuses années) et de progresser dans ma pratique avec l'âge qui commence à se faire sentir. Il est vrai et je n'en suis pas dupe que j'ai acquis grâce à l'enseignement de Daniel mais aussi grâce à mon travail sur le tapis un certain niveau dans la pratique comme dans l'enseignement. Je ne suis pas dupe non plus du chemin qu'il me reste à parcourir surtout quand je vois le niveau de Daniel ou d'Hitohiro Senseï (le fils de Saïto Senseï) J'enseigne en fait maintenant depuis 1989, c'est-à-dire 20 ans, mais surtout je n'ai jamais arrêté mon apprentissage et ma pratique personnelle. C'est fondamental si l'on veut continuer à enseigner. Je suis toujours et avant tout un pratiquant. Je cherche en permanence. Cela fait bientôt 23 ans que Daniel me supporte comme élève. Il a vraiment du mérite (rires...).

Au cours de ces nombreuses années, j'ai ouvert des sections à Chartres de Bretagne, à Cesson- Sévigné et à Liffré dans laquelle j'enseigne toujours actuellement.



Le Dojo liffréen en décembre 2007

Voilà pour la raison principale. Mais durant ces 20 années d'enseignement, avec le recul du temps, je m'aperçois que je n'aurais jamais atteint le niveau que j'ai sans tous les élèves à qui j'ai enseigné.

En 1992, quand Daniel a remis son aïkido à plat, tous les anciens élèves sont restés un peu sur la brèche car Daniel était lui-même très déstabilisé dans son propre aïkido.

Même s'il travaillait depuis longtemps avec les livres de Saïto Senseï, tous ses fondamentaux en aikido étaient balayés, car aucune de ses positions de base n'étaient correctes. Il a donc tout repris à zéro, et nous avec. Le handicap que nous avions, était le désapprentissage de ce que nous savions. Bonjour l'ambiance. La honte même ! J'étais bloqué par des pratiquants plus débutants que moi, et pourtant je n'ai jamais été manchot sur le tatami. De plus Daniel qui était en pleine recherche, n'avait plus autant de conseils à nous donner. Chacun se débrouillait. La désespérance totale, surtout que j'enseignais à l'époque à deux endroits en même temps, et que je ne n'avais plus trop le loisir d'être en cours avec Daniel. Pendant deux ans et demi, j'ai décidé d'essayer d'ouvrir au peu de cours que je suivais avec lui, les yeux et les oreilles de façon beaucoup plus attentive, et surtout de n'enseigner à mes élèves du moment, que ce que j'avais intégré dans mes formes de corps. Ca a été le trou noir, me demandant bien des fois ce que je venais faire là, car je n'avais plus aucun repère, sinon mes élèves. Eux je les voyais progresser. Ils étaient plus stables et plus solides. En fait c'est quelques années plus tard, lorsque je me suis confronté avec des gens plus anciens que moi dans le travail de Saïto Senseï que j'ai senti ma progression. Je n'étais pas du tout largué. Au contraire j'avais terriblement évolué sans m'en rendre compte, et surtout le travail avec les formes de corps de Noro Senseï me servait tous les jours. Si le désapprentissage de nos formes de corps est véritablement sincère, nous n'avons aucune crainte à avoir, car nous acquerons à chaque fois de nouvelles sensations. Certes l'égo en prend un coup, car l'esprit mental a profondément horreur du vide, mais c'est au prix de ce désagrément que nous progressons véritablement. C'est bien sûr pour cette raison que j'ai beaucoup de respect pour les autres écoles d'aikido, car certains styles m'ont permis à leur façon d'appréhender certaines facettes de l'aikido, même si aujourd'hui je me rends compte quotidiennement de la profonde richesse et

de l'exactitude intangible de l'enseignement de Saïto Senseï. J'ai aussi appris que si nos élèves progressent, c'est que nous évoluons aussi comme professeur. **Uniquement dans ce sens là.** Tous les enseignants qui restent dans un pseudo pouvoir, un pseudo folklore du bon oriental qui montre la voie en donnant des leçons de vie sur l'éthique, la sobriété, la façon de plier le hakama et en s'habillant comme eux lors des stages etc... tous ces enseignants-là, s'ils oublient d'aider sincèrement chaque élève à progresser en ne respectant pas le rythme de chacun dans l'aikido, alors leur enseignement n'est pas valable et plus grave, cet enseignement-là, n'est pas authentique.



Rencontre inter dojo à Liffré en décembre 2007
avec d'autres professeurs Iwama Ryu

Si par contre nos élèves deviennent denses dans leur aikido et plus stables dans leurs comportements face à une situation difficile, alors là oui notre enseignement est réel, car la transmission de l'aikido passe véritablement par le corps. La compréhension et la philosophie c'est bien après à posteriori, lorsque l'on sera vieux. En tout cas personnellement, je n'ai aucun problème à me faire bloquer par un élève, et cela m'arrive parfois. Cela me montre les progrès qu'il me reste à faire. Mais il faut encore que la saisie soit correcte, et ça faites-moi confiance, sur le sens fondé des saisies, j'y accorde une attention très particulière. Demandez à mes élèves ou aux pratiquants qui me connaissent ? Je suis véritablement intransigeant et je démontre réellement l'inexactitude d'une saisie à chaque fois

qu'elle n'est pas correcte ni précise. En tout cas, grâce à tous les élèves que j'ai eus, je me suis réellement rendu compte que comme enseignant, je n'étais rien sans eux et que eux seuls me donnaient ma valeur.

Bruno : Quels conseils pourrais-tu donner à une personne qui veut pratiquer ?

Serge : Pour une fois je vais te répondre rapidement. Une personne qui veut pratiquer, il faut qu'elle en ait envie, qu'elle soit sincère avec elle-même et qu'elle soit persévérante. Je ne vais pas réexpliquer pourquoi, c'est à chacun de faire son chemin, et d'expérimenter personnellement ce que je viens de dire. De toute façon je suis là à chaque cours deux fois par semaine dans mon dojo de Liffré et c'est là que je dispense les conseils en fonction de mon apprentissage permanent.