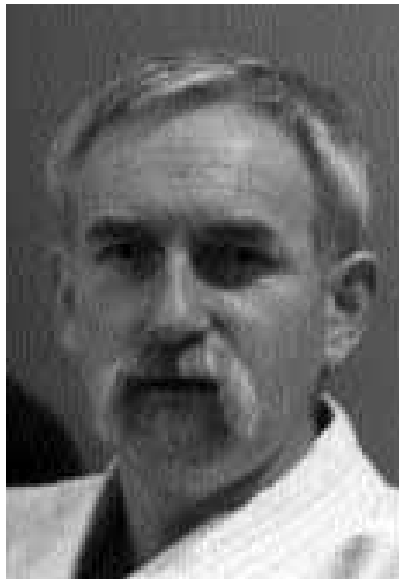


extrait du numero 15F – 3/2005

Jean-Marc Chamot



5e dan aikido, 4e dan iaido.

Quand as-tu commencé à pratiquer ?

J'ai commencé l'aikido il y a 33 ans, en 72, 73. J'ai eu beaucoup de chance parce que mon premier professeur était quelqu'un d'extrêmement ouvert et d'extrêmement charismatique. Il donnait donc vraiment envie d'apprendre, et c'est grâce à lui que j'ai continué, en passant à travers les années en dépit des difficultés qui se présentent toujours à un moment donné.

Qui était-ce ?

C'est un monsieur qui enseigne toujours. Il est à la retraite : il a passé 65 ans. Il s'appelle Yvon Penglaou. C'est un Breton, un ancien rugbyman, judoka, très costaud : un monsieur de plus d'un mètre 80. Il avait commencé dans les années 60 chez un élève d'André Nocquet, Roger Lefèvre qui, à l'époque, était un des trois meilleurs pratiquants de chez Nocquet, quand ce dernier est revenu du Japon. Roger était aussi

Horst Schwickerath
Beaumont/F

un ami de Mariano Aristin qui venait parfois au dojo, et j'ai travaillé avec eux. J'avais 16, 17 ans, j'habitais alors dans la banlieue sud de Paris et, dès la première année – j'ai accroché tout de suite - Yvon m'emmenait dans son ancien dojo à Cachan, dans la banlieue sud de Paris, et là j'ai eu la chance de pouvoir suivre les cours pendant plusieurs années avec Michel Drapeau, Max Méchard qui venait régulièrement, Michel Bécart qui venait de temps en temps et Mariano Aristin qui venait aussi occasionnellement par amitié pour Roger Lefèvre, lequel était à l'époque le trésorier de la fédération. Michel Drapeau, Max et Michel Bécart étaient des gens qui venaient de chez Noro directement.

C'était extrêmement intéressant pour le jeune lycéen que j'étais alors...

*J'ai toujours autant
de plaisir à être sur
un tapis que ce soit
pour pratiquer ou
pour enseigner...*

*l'aïkido c'est quelque
chose d'assez
fabuleux, ça nous
dépasse. Et (...)
travailler sur quelque
chose qui dépasse
ce que l'on a dans la
tête et (...) le réaliser
(...) c'est un plaisir de
tous les instants.*

Après avoir passé mon bac, je suis parti un an pour bourlinguer, j'ai vécu un moment en Angleterre. Je suis revenu et j'ai fait des études d'anglais. C'est comme cela que je suis devenu professeur d'anglais. J'ai enseigné en collège, en lycée, et maintenant à Paris X, à la faculté de Nanterre où j'enseigne l'anglais du sport aux sportifs qui préparent entre autres des diplômes pour être professeurs de sport.

Est-ce que tu te souviens de pourquoi tu as commencé l'aikido ?

Pourquoi j'ai commencé l'aikido ? La véritable histoire est assez simple. Dans ma classe, à l'époque, j'avais un camarade qui préparait son 2e dan de judo. Il était très bon et concourrait en championnat de France. On s'entendait bien, et je lui ai dit : « Moi aussi je voudrais faire du judo, ou un autre sport de combat ». Il m'a répondu : « Tu es déjà trop vieux, si tu veux avoir des résultats, viens faire de l'aikido. Je prépare mon Brevet d'Etat, il faut faire du judo, mais aussi du karaté et de l'aikido. Viens faire de l'aikido, le prof est super, tu vas voir, ça va te plaire et il prend les gens qui commencent plus âgés ». Je suis allé voir de l'aikido comme ça, c'est un hasard, je n'en avais jamais entendu parler. En fait j'avais hésité entre l'aikido et le karaté, parce qu'il y avait un très bon club dans la ville où j'habitais et c'est par amitié pour mon copain Gilles que je suis allé faire de l'aikido.

Mais c'est vrai que dans les années 70 c'était l'époque de Bruce Lee, on cherchait la bagarre et en aikido, souvent on se testait... c'était une époque un peu rugueuse, quoi !

Après, quand j'ai commencé mes études à Paris, j'ai voulu suivre l'enseignement de Michel Drapeau, mais il travaillait dans le milieu du pétrole et donc il partait plusieurs mois travailler sur des plate-formes pétrolières, à

Abou Dabi, en Algérie, il n'était pas régulièrement là. Je suis allé quelques temps chez Michel Bécart, jusqu'à ce que Jacques Bonemaison arrive sur Paris. Il travaillait très, très fort et j'avais la chance qu'il donne le midi des cours au magasin du Printemps où il y avait un petit dojo et le soir à Asnières, deux fois par semaine. J'ai commencé à tourner avec lui, à faire tous les stages, ça s'est enclenché à ce moment-là. Et puis Michel Drapeau venait de temps en temps ici, à Asnières aussi. À la fin des années soixante-dix quand Daniel Toutain a quitté Me Noro et a rejoint le groupe de Tamura Sensei, j'ai beaucoup tourné avec lui.

En 1978, pendant un an, j'étais à l'armée, mais je suis resté sur Paris et tous les soirs je m'entraînais ici avec Jacques Bonemaison, ou bien chez Daniel Toutain, et le midi j'allais souvent m'entraîner dans d'autres clubs. Comme je faisais mon service militaire dans les codes secrets, j'avais des horaires un peu décalés et raccourcis par rapport à la vie habituelle des camarades du contingent et c'était super, puisque cela me permettait de m'entraîner beaucoup.

À la fin des années soixante-dix j'ai commencé à effectuer des traductions pour Sugano Sensei qui revenait d'Australie et pendant neuf ans, jusqu'à ce qu'il parte aux Etats-Unis, c'est moi qui ai fait la traduction de tous ses stages à Paris, de l'anglais vers le français. J'assurais la traduction d'autres stages qu'il faisait en Bretagne, à Lesneven ou ailleurs. C'est comme cela que j'ai pu bénéficier de son enseignement.

Au tout début des années 80 j'ai passé le 1er degré du Brevet d'Etat d'éducateur sportif. J'ai commencé à enseigner à Paris. J'avais un copain qui est parti aux Etats-Unis pour ses études et j'ai repris son club dans Paris pendant un an et puis, quand Jacques Bonemaison a quitté Paris, en 1979-80, pour aller en Touraine, j'ai repris le club ici, à Asnières. Et je n'ai jamais cessé d'enseigner.

Ces années-là [à la fédération], il y avait les « cadres annexes ». J'étais un peu plus jeune que toute la mouvance de Jean-Paul Avy, Gilbert Milliat, de Tiki Shewan et d'autres... Stéphane Benedetti était encore au Japon, mais il y avait aussi René VDB [van Droogenbroeck], Jean-Claude Joannès... j'étais de la génération qui venait juste après, de 4-5 ans plus jeune en aikido. Donc j'ai intégré les cadres quelques années après eux. Je suis resté cadre un paquet d'années, jusqu'à la fin des années 90. Là j'ai



décidé de ne plus m'engager et de faire une pause, entre autre pour des raisons professionnelles, pour faire une thèse de doctorat que j'ai soutenue en juin, donc j'allais avoir besoin de temps pour cela.

Entre temps, à la fin des années 80, j'avais passé le 2e degré du BE d'éducateur sportif qui appelle à former les professeurs, ce qui est vraiment ma passion : aussi bien professionnellement que pour l'aikido, j'ai une vocation de formateur. Cela m'intéresse, c'est vraiment quelque chose qui, je pense, correspond à ma façon de réfléchir, à mes capacités peut-être aussi, au-delà de la technique qui m'a toujours passionné.

Tu travailles avec Tamura Sensei ?

Oui. Je l'ai beaucoup suivi mais depuis dix ans je travaille beaucoup avec un groupe de copains, Tiki Shewan, René VDB, Jaff Raji, Dominique Pierre, à l'occasion Stéphane Benedetti quand je le vois. Et puis aussi, je me suis remis au iaido que j'avais arrêté de 78 à 87. J'ai retrouvé beaucoup de plaisir à faire du iai et donc je me suis mis à réfléchir sur la place des armes en aikido, sur la place du iaido, sur comment on pouvait transférer les compétences sans modifier ni le iaido, ni l'aikido, pour que chacun en bénéficie. Un des intérêts fondamentaux que je trouve dans le iaido pour l'aikido c'est la qualité de la posture, la rigueur : pas trop de ces mouvements superficiels et souvent inutiles qui sont externes à la technique. Donc le retour à cette pratique a été un véritable enrichissement depuis dix-huit ans.

À chaque fois que Tamura Sensei est à Paris je vais le voir, il m'arrive aussi de me déplacer pour suivre ses stages. Mais il est vrai que depuis 5-6 ans j'ai moins participé à ça parce que

École spécifique mensuelle,
stages ouverts à tous

Association Nationale Culturelle
d'Aïkido

Michel Bécart

6^{ème} Dan PARIS

<http://www.michelbecart.com> – info@michelbecart.com

Tél. : +33 (0) 1 42 03 20 60

Cours tous les jours ouverts à tous en soirée
et le samedi matin

professionnellement j'étais énormément pris. Cela a correspondu au moment où j'ai commencé à enseigner à la faculté quand j'ai pris la responsabilité du service des langues de mon Unité de Formation et de Recherche. Alors, avec trois collègues également agrégés d'anglais et passionnés de sport, j'ai écrit deux livres pour les étudiants et j'ai mis ma thèse en route. Comme je ne peux pas vivre trente-trois vies et que mes trois enfants grandissent, cela a été une question de survie psychologique et affective.

Quelle forme ton aikido a-t-il et dans quelle direction va-t-il ?

C'est difficile de concrétiser, de dire véritablement comment on perçoit l'aikido. C'est tellement, tellement... riche. C'est enfoncer une porte ouverte que de le dire, mais ça comporte tellement de facettes et ça touche beaucoup d'aspects de la personnalité... Quand on continue, après le nombre d'années que j'ai fait, ce n'est pas parce que l'on est obligé, on continue parce que ça continue à passionner. En fait, pratiquement tous les aspects de l'aikido m'intéressent, continuent à m'intéresser.

Au niveau de l'approche que j'ai, j'essaie de trouver le moyen de développer chez les gens un corps en bon état. Il y a un côté, que je pense non négligeable, qui est un côté d'entraînement musculaire, de formation du corps. Mais une fois que cela est fait, il s'agit d'abandonner ce corps, de lâcher, de le laisser « tomber » ce corps, pour que ce soit non plus la puissance musculaire en tant que telle, mais le mouvement d'ensemble qui fasse la technique.

C'est-à-dire que je reprends ce que Tamura Senseï essaie, je crois, de faire passer, et que j'ai compris dans mes faibles moyens, à savoir que j'essaie de « ne pas déranger » la personne avec qui je travaille. Quand je fais une technique, il faut qu'à la limite la personne ne s'aperçoive pas que je lui fais une technique et que — du début à la fin — ça se passe d'un seul moment, en un seul mouvement, et que finalement la personne tombe ou soit immobilisée sans savoir ce qui s'est passé.

J'ai eu la chance d'être assez souvent uke pour Tamura Senseï pendant quelques années - entre autre j'avais été uke pour lui à Bercy, il y a des années de ça — et il y avait des fois où je ne comprenais pas ce qu'il me faisait, je ne comprenais pas ce qui s'était passé entre le moment

où j'avais attaqué et le moment où j'étais au sol.

Ce sont des moments forts et des moments phares. Cela reste des moments d'interrogation psychologique et technique. Et donc j'essaie de retransmettre ça. Je n'ai pas du tout le même corps que Me Tamura, je dois faire 30 kilos de plus, je n'ai pas le même âge, ni la même expérience, on n'est pas issu de la même société, mais malgré tout il y a une grande partie de son message que j'essaie de transmettre. Je respecte énormément son travail et j'estime que j'ai eu de la chance de pouvoir bénéficier de son enseignement.

J'ai quand même pas mal voyagé, je suis allé deux fois au Japon, et j'ai vu pas mal de maîtres japonais qui venaient en visite, et je pense que l'on a énormément de chance avec Tamura Senseï, pour la rigueur de l'enseignement qu'il a divulgué pendant des années, parce que c'est d'une richesse extraordinaire.

Chaque fois que j'ai pu aller en stage à l'étranger et me confronter à des élèves d'autres senseïs, parfois d'excellents pratiquants, je me rendais compte qu'il y avait chez Tamura Senseï une finesse constante à tous les niveaux, une vraie richesse. Et cela donne aussi un plaisir, parce que l'on ne fait pas simplement un travail de brute, un travail de « rentre-dedans », de « bousille-bonhomme », mais on fait quelque chose qui, à beaucoup de niveaux, est fin psychologiquement, fin techniquement et fin physiquement. Il y a énormément de choses à travailler et à divulguer, à transmettre.

Mon aikido a évolué avec le temps, pour des raisons d'ordre physiologiques : en vieillissant on ne fait plus tout à fait la même chose, mais aussi parce que, conjointement, ma réflexion a évolué. Par exemple : moi, j'ai commencé en apprenant à faire systématiquement des chutes arrières en roulant. Certes, il y a un tas d'éléments dans ce type de chutes — les roulades arrières — qui, maintenant, me semblent excellents mais plutôt pour préparer les chutes avant. Mais, dans bien des cas, si la technique est effectuée avec la rapidité nécessaire, on n'a pas vraiment le temps de partir en arrière. Cela n'arrive que si tori vous en laisse la possibilité temporelle. Donc il faut apprendre à passer le bassin sous l'impact. J'ai essayé de réfléchir à comment on pouvait transmettre ça, à quels exercices on pouvait faire faire, sans léser la colonne vertébrale, sans faire de tassements osseux, que ça devienne tonique. En aikido on travaille énormément avec les muscles du dos :



Photos: Aikidojournal

