

Des passages de grades en Aïkido, Texte écrit par H. AVRIL

On me demande parfois de détailler mon expérience des passages de grades avec Me Tamura. Bien sûr votre première référence doit être ce qu'il en a écrit dans ses livres, ce que j'écris ci-dessous n'est que mon vécu limité.

De nos jours, des préparations aux grades dan sont régulièrement organisées localement et nationalement. Pour moi c'est à la fois une bonne et une mauvaise chose.

Bonne car le pratiquant se remet en question, sort de sa routine et se confronte aux autres mais d'un autre côté il me semble que l'idée même de se préparer à un passage de grade va à l'encontre de l'Aïkido.

Je m'explique : réussir un grade c'est la confirmation que l'on a atteint un niveau personnel et intrinsèque dans la discipline, que l'on a compris et intégré quelque chose de nouveau par le corps en premier lieu. Donc soit c'est acquis soit ça ne l'est pas.

S'y préparer comme pour un examen scolaire pour être prêt un jour précis est finalement un non-sens dans notre discipline traditionnelle. C'est la pratique quotidienne au dojo qui forge profondément et qui constitue la préparation. S'il faut faire des stages spéciaux pour ça cela crée une division absurde.

Je sais que ce n'est pas politiquement correct et que ce n'est pas facile à appréhender car notre civilisation est basée sur la réussite aux examens et que notre fédération est agréée par le ministère chargé des sports mais le mot « DAN » ne reflète pas cette conception scolaire.

De nos jours, en général, le pratiquant axe trop souvent sa pratique sur le grade, ce qui fait que s'il le rate il en veut souvent au jury et parfois arrête la pratique. S'il le réussit parfois il prend « la grosse tête », ne serait-ce qu'un peu et oublie « l'esprit du débutant ».

Cela se voit très vite car j'ai remarqué que les cours ou stages suivant le pratiquant qui vient de réussir un grade commence à donner des conseils, à parler pendant le cours du professeur, s'estimant tout à fait légitime pour le faire et se remet moins en question. C'est naturel bien sûr mais c'est normal également que j'en fasse la remarque ici. De plus, on peut très bien atteindre un haut niveau sans jamais passer de grades.

Pour moi, plus on monte en grade moins on est content et sûr de soi. Normalement, obtenir le Shodan procure beaucoup de joie, le Nidan un peu moins etc... Si le phénomène inverse se produit c'est que ce n'est pas la bonne direction.

Je pense qu'il faut fêter son passage de grade en cas de succès comme en cas d'échec. C'est toute la richesse humaine de l'Aïkido qui se joue.

Maintenant, comme demandé, rentrons dans les détails des passages de grades, appelés « Aïkikai » tels que je les ai vécus avec Me Tamura en tant que spectateur, candidat et puis jury pendant 30 ans. Je ne parlerai pas des passages de grades fédéraux qui doivent suivre une ligne officielle qui n'était pas tout à fait celle de Me Tamura.

Avant de commencer, je voudrais dire que la description incomplète qui suit n'est PAS un dogme rigide qu'il faut suivre absolument. Tout dépend de la situation, du candidat, des circonstances. Pour cette raison il n'y a pas de kata en Aïkido, on garde les principes de base inscrits en nous et l'on s'adapte à la situation aussi bien en tant que jury que candidat. D'autres attaques et techniques que celles qui suivent peuvent être demandées.

Egalement les explications verbales ci-dessous ne seront probablement pas tout à fait claires, il faut que l'on se retrouve sur le tatami pour les éclairer. Je ne le mentionnerai pas à chaque fois mais pour chaque point la pratique ensemble sur le tatami est nécessaire, sinon ce n'est que de la théorie sans grand intérêt.

La façon dont le candidat arrive sur le tatami et se place compte beaucoup.

A l'appel de son nom s'il est le premier il s'assied à la gauche du jury, s'il est le deuxième il s'assied à distance d'un tatami et demi au moins du premier face au jury. Après le salut au Kamiza quand le jury se tourne vers les candidats, ces derniers saluent juste avant le jury.

Puis, ils se tournent l'un vers l'autre pour se saluer.

Le premier candidat appelé sera le premier à faire les techniques. Le jury annonce suwariwaza shomen uchi (ou yokomen uchi, selon le grade) Ikkyo. Il est important pour noter la valeur du candidat que le jury n'attende pas que les 2 candidats se rapprochent l'un de l'autre pour énoncer la technique et que l'Uke attaque immédiatement. J'ai toujours remarqué que le moment de l'énonciation de la technique avait son importance chez Me Tamura.

A ce stade, un autre point qui mérite d'être mentionné : normalement pour les premiers grades dan, sur shomen uchi, le 1^{er} Ikkyo du candidat doit être Ura car à cause de la distance d'un tatami et demi au moins, automatiquement s'il essaye de faire Ikkyo omote il a perdu d'avance et il commet une faute de ma-ai ou provoque un choc avec l'autre qui influence tout son passage. Souvent, sentant l'erreur, l'Uke ralentit son attaque au moment du contact ou se laisse faire mais le mauvais timing et la mauvaise distance se voit quand même.

Pour Me Tamura ce premier mouvement était primordial et souvent disait-il le vrai niveau se voit à ce moment-là. Fondamentalement l'examen est réussi ou échoué à cet instant.

Le choix Omote ou Ura sert à s'adapter à toutes les situations d'où d'ailleurs l'absurdité de demander soit l'un soit l'autre sauf pour certaines techniques précises.

Puis viennent Nikyo (ou la forme ura est parfois spécifiquement demandée), Sankyo, yonkyo, irimi nage, kote gaeshi, kokyu nage se succèdent à un rythme rapide.

Puis hammi handachi waza katate dori :

Shihonage, Ikkyo, Nikyo, Nikyo ura se fait quand l'Uke ne descend pas et c'est la raison d'être de ce mouvement car si l'adversaire est déséquilibré jusqu'au sol, il est plus logique de faire Ikkyo.

Puis on demande naturellement kaiten nage puisque le poignet saisi est à la même hauteur que Nikyo ura. Le jury note donc si cette technique vient spontanément montrant la compréhension physique de cette logique par le candidat.

Puis iriminage, kotegaeshi.

Ensuite Ushiro ryo kata dori Ikkyo, sankyo, kotegaeshi.

Toujours hammi handachi waza, à partir du 3^e dan on peut demander shomen uchi irimi nage. Là le candidat ne peut pas bloquer l'attaque qui descend ou compter sur sa force pour faire la technique. C'est le sabre qui coupe et ce mouvement dans cette situation éclairent l'essence de Irimi nage ura car l'on ne peut pas utiliser le bras pour dégager approximativement l'attaque comme c'est souvent fait debout.

Tachi waza : si l'on a demandé shomen uchi à genoux on demandera yokomen uchi et inversement. Les mêmes techniques sont énoncées.

Le candidat devra montrer les différentes entrées pour yokomen uchi.

Un autre point concernant cette attaque : après Ikkyo généralement, le jury se fixe un instant sur un candidat en particulier et énonce « shihonage » qui est exécuté plusieurs fois puis presque au dernier moment il demande kotegaeshi ou iriminage pour voir si le candidat a le bon réflexe et si, sans hésitation, il exécute le mouvement dans le même sens que le précédent. Si le candidat bloque ou arrête l'attaque pour se reprendre on pourra constater que le sens de ces mouvements n'est pas acquis. A nouveau, donc, l'instant de l'énonciation est très important pour noter la vraie valeur du candidat. Je pense que l'Aïkido doit être construit pour être réalisé avant la verbalisation, sans temps de réflexion.

Ensuite, kata dori men uchi ikkyo de différentes façons, shihonage, irimi nage, kotegaeshi.

Puis selon l'aisance du candidat, katate ryote dori ou autres, les mêmes mouvements.

Puis chudan tsuki jyu waza. Il est important que le candidat se déplace à l'intérieur comme à l'extérieur de l'attaque et qu'il montre qu'il a compris que Ikkyo ou kote gaeshi ont à peu près la même entrée.

Jyu waza ne doit PAS être une suite trop mécanique de mouvements, même bien exécutés, mais refléter une adaptation vivante à la situation et à l'attaque en rentrant ou pivotant. Le candidat doit varier le ma ai et faire la technique en conséquence.

Puis vient ryote dori tenchi nage. Ensuite ryote dori koshi nage : il y a plusieurs façons de l'exécuter mais en premier lieu il faut montrer koshi nage dans le sens de tenchi nage lorsque l'adversaire n'avance pas le pied, même chose pour kokyu nage qui suit. Je me rappelle que notre maître expliquait souvent cette suite logique quand il donnait des stages « enseignants » d'une semaine par mois dans toutes les régions de France dans les années 80. Par cette suite de techniques on note l'adaptation du candidat, bien sûr les variantes sont possibles.

Ensuite ushiro ryote dori, on commence par demander la base, c'est à dire Ikkyo, kaiten nage, pour lesquels les deux mains ont la même action de départ puis shiho nage, iriminage où la coordination des bras est plus difficile, enfin kokyu nage.

Ensuite ushiro ryo kata dori, ikkyo, kokyu nage. On ne demande pas eri dori aux passages de grades même s'il est dans la « nomenclature officielle ».

Vient ensuite tanto dori : tsuki jyu waza puis yoko men uchi ou shomen uchi gokyo. Les points principaux observés sont : le candidat reste-t-il sous l'attaque au moment de l'attaque ? bloque-t-il cette dernière ? La saisie du poignet est-elle correcte ?

Jo dori : chudan tsuki, « libre », puis « gardez le jo »

Bokken à deux, à voir sur le tatami pour préciser ce l'on attend.

Taninzu gake : Me Tamura ne disait jamais randori car Taninzu gake a un autre sens plus en cohérence avec notre discipline. Le candidat est jugé sur sa lucidité, sur sa faculté à ne pas se laisser enfermer, à se placer par rapport aux attaquants, à les prendre « en enfilade », Il ne s'agit de se précipiter sur les uke pour les projeter comme on voit parfois.

Très importants : 4, 5 attaquants sont nécessaires et doivent être anticipés par le candidat avant le passage de grades et cela fait aussi partie du passage de grades.

Un point important pour le jury est de ne pas attendre que candidat et attaquants se placent pour démarrer Taninzu gake, il est normal d'énoncer « attaquez ! » juste au moment où le candidat pose le bokken, (surtout s'il relâche son attention ou tempore !) sans lui laisser le temps de se

retourner complètement, et ainsi d'observer sa vigilance, sa réaction dans l'instant, dans une situation imprévue, car les passages de grades ne sont pas un spectacle bien rodé ou mécanique. Chaque instant, notamment dans une situation adverse, est jugé, pas uniquement l'exécution des techniques.

Puis le jury arrête Taninzu gake et observe comment le candidat réagit à ce moment-là. Tourne-t-il le dos aux attaquants ? Salue-t-il rapidement mais correctement ? Tout cela traduit sa lucidité, son vrai niveau.

Puis, le premier uke et le candidat se remettent à genoux face à face à bonne distance, en contrôlant leur respiration et leur attitude. Ensuite, soit ils changent de rôle pour un 2eme passage soit ils se saluent puis saluent le jury et se replacent au bord du tatami en attendant le verdict sans regarder le public.

Ce retour en seiza vers la position initiale est aussi très important et fait partie intégrante de l'évaluation. Le candidat doit rester concentré jusqu'au salut final au Kamiza puis au jury (même si la délibération est longue) et ne pas se disperser, ne pas regarder le public en quête d'une approbation ou autres réactions...

Je voudrais aussi mentionner qu'il n'est pas non plus normal, voir même impoli de regarder le jury de la part du candidat au cours du passage de grades, sauf brièvement éventuellement s'il n'a pas entendu la technique.

Voilà ce qui me vient à l'esprit pour l'instant. Certainement, la prochaine fois que je serai en situation d'autres points me viendront à l'esprit.

En bref, je pense que les passages de grades font partie du message et de l'éducation globale que Me Tamura nous a transmis après son expérience unique avec le fondateur.

Essayer de comprendre ces points qui peuvent sembler être de détail permet de mieux pénétrer son enseignement et de coller à sa façon de voir les choses. C'est ce qui m'a toujours intéressé et je n'aurai certainement jamais continu s'il n'y avait pas eu cette vigilance et recherche permanentes.

Pour les pratiquants les plus avancés ce serait dommage de passer à côté de ces aspects et de réduire les passages de grades en un simple moyen d'avoir des galons inutiles.

L'Aïkido n'est certainement pas un art martial ou un sport de combat tel qu'on l'entend de nos jours mais une voie pour se connaître soi-même et les grades participent aussi de cette démarche.