



Entrevue avec

K. Tanaka sensei

à Plzeň

‡ *Depuis quand venez-vous à Plzeň (Pilsen) ?*

J'anime un stage à Pilsen pratiquement tous les ans depuis 1996, donc depuis 20 ans. Ma première visite remonte à 1989. Je souhaitais visiter une ville du nom de Kolin après avoir assisté Nishio Sensei lors d'un stage en Pologne. À l'époque, l'aïkidō et les Japonais étaient peu connus en Tchéquie. Environ 300 personnes ont participé au stage. C'était super.

‡ *Quand avez-vous entendu parler d'aïkidō pour la première fois ?*

C'était en 1960, j'avais à peine 16 ans. J'étais un collègue de travail de Nishio Sensei dans un service administratif du gouvernement, responsable pour l'édition de timbres et de la monnaie fiduciaire. Nous faisons de l'aïkidō dans le Dojo où les agents de sécurité s'entraînaient au Kendo.

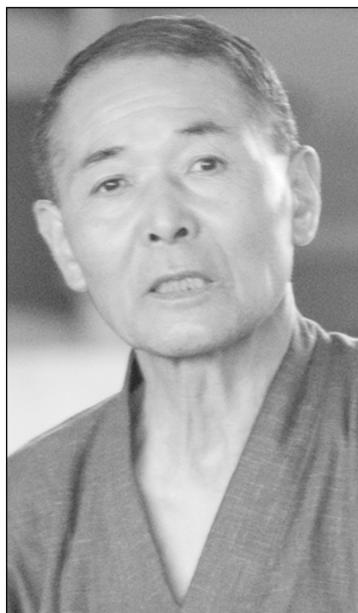
‡ *Avez-vous pratiqué d'autres arts martiaux avant l'aïkidō ?*

Non, aucun. Nishio Sensei avait débuté depuis peu l'aïkidō. Il enseignait beaucoup plus le karaté ou le judo.

‡ *Vous alliez encore à l'école lorsque vous avez débuté l'aïkidō, non ?*

La journée je travaillais, et le soir j'allais à l'école. Je n'ai pu commencer à prati-

quer la journée que lorsque j'ai débuté ma 3^{ème} année d'études. Nishio Sensei et moi avons travaillé six années durant. En 1970, il démissionna pour devenir un enseignant professionnel d'aïkidō.



‡ *Nishio Sensei fut votre seul enseignant ?*

Nishio Sensei était mon premier maître. Je l'ai suivi durant 30 années pour l'aïkidō, le lai, le Kumi-Ken, Kumi-Jo, etc. J'étais sûrement un bon élève. Mais je me suis en fin de compte séparé de lui, car j'avais des doutes quant à sa façon

de penser et sa façon de pratiquer. Ensuite, par le biais d'une connaissance, je rencontrais Saito Sensei à Iwama et je l'ai suivi durant dix années. Mais je suivais aussi des cours de Yamaguchi Sensei et Arikawa Sensei. J'ai beaucoup appris à Iwama grâce au Kumi-Jo et Kumi-Ken. Au travers d'une longue pratique, j'ai compris comment le Taijutsu de l'aïkidō se manifestait dans le travail au sabre.

‡ *Votre dojo est-il affilié à une fédération ?*

Oui, mon Dojo, situé à Chiba depuis 1996, est affilié à l'„Aïkidō Shō-tō-kai” de l'Aïkikai.

‡ *Votre aïkidō est-il plutôt sportif ou plutôt orienté vers du spirituel ?*

L'aïkidō n'est pas un sport mais un Budo. Il y a beaucoup de différences. La pratique de l'aïkidō améliore l'esprit et la personnalité. Si la pratique ne mène pas à cela, il y a un souci quelque part.

‡ *Vous travaillez ensemble avec Stefan Stenudd. La coopération avec d'autres enseignants est-elle difficile pour vous ?*

Je travaille mon style, lui le sien. C'est important aux yeux des élèves qui viennent au stage. Lors de cet événement, nous travaillons sans aucun souci ensemble. L'année prochaine, je



Tanaka avec uke Joroslav Sip – l'organisateur du stage

souhaite organiser à nouveau un séminaire avec lui. Les élèves sont capables de découvrir les points communs de nos pratiques différentes. À partir d'un certain niveau, il est difficile d'améliorer son aikidō, même lorsque l'on a un

2016 le 12^{ème} congrès de l'IAF, qui rassembla de nombreux élèves et enseignants. C'est un superbe projet. J'espère que nous pourrions organiser quelque chose de semblable à Pilsen, même si c'est en plus petit.



bon professeur. C'est pourquoi il faut continuer la pratique. L'élève qui pourra se rappeler les cours de ce séminaire pourra les utiliser à l'avenir.

À Takasaki a eu lieu en Septembre

le 12^{ème} congrès de l'IAF, qui rassembla de nombreux élèves et enseignants. C'est un superbe projet. J'espère que nous pourrions organiser quelque chose de semblable à Pilsen, même si c'est en plus petit.

‡ Est-ce que vous planifiez votre cours ?

La partie principale des cours comprend Kata-Geiko. J'enseigne essentiellement des bases. Mais comme je ne viens qu'une fois l'année à Pilsen, je montre ici des techniques plus avancées, qui se seront sûrement transformées l'année d'après.

Passez-vous beaucoup de temps à réfléchir aux techniques ?

Je suis persuadé que nous ne « faisons » pas les techniques, mais que nous les engendrons spontanément. Des « techniques artistiques » ne sont pas naturelles. Ce n'est pas seulement en aikidō que je vois les choses ainsi, en effet, je pense que c'est le cas dans toutes les disciplines de Budo. Plus le budo est avancé, plus la technique est minimaliste. C'est dû au fait que l'ensemble du corps est relié. Peu importe notre âge, peu importe notre force, nous pouvons toujours pratiquer et nous améliorer ; si nous pratiquons « correctement ». Pour en arriver là, la respiration doit être naturelle et notre posture correcte et présente. Nous ne devons pas nous appuyer sur la force musculaire.

Je veux introduire de nouvelles techniques :

1. « Gyaku-hanmi Katate-tori », c'est entrer, se retourner mais pas en se tournant soi-même mais plutôt en faisant tourner l'autre, le lancer ou en le bougeant par un bras de levier.
2. Une nouvelle technique NAGE à partir de « Ai-hanmi Katate-tori ». Une grande puissance à partir du centre et utilisation de l'articulation des hanches (sacrum compris) et en utilisant les épaules (clavicule comprise) sont nécessaires pour les deux techniques.



Il *n'existe* pas de personnalités aussi exceptionnelles qu'Ōsensei ...

‡ *Avez-vous quotidiennement des nouvelles idées lorsque vous pratiquez seul ?*

Lorsque je pratique pour moi seul, j'ai des nouvelles idées à propos de l'aïkidō, de la mécanique du corps, de la distance, etc. Mais il est difficile de répondre à la question de la quantité.

‡ *Pouvez-vous donner un exemple ?*

Plusieurs fois par jour, je me demande : Comment puis-je résoudre cette technique ? Qu'est-ce « Aïki », qu'est-ce pousser avec « aïki », le « musubi » dans l'aïkidō ... Puis soudain, j'ai une

... et plus d'élèves
aussi
charismatiques
que l'étaient les siens.

idée. Dans mon Dōjō, j'essaie cette nouvelle idée. J'adore ça et cela me sert beaucoup. Mais c'est sans fin, je médite beaucoup et lis tous les jours des Sutra. Une fois par semaine, je me rends au sanctuaire ou au temple pour me recentrer.

‡ *En Europe, la relation traditionnelle de maître à élève existe très peu. Existe-t-elle au Japon ?*

Je connais la spécificité européenne de la relation maître-élève, comme celle aux USA. Dans mon Dōjō, la relation entre les professeurs et les élèves est simple. Avec les élèves d'autres dojos, je n'ai pas ce type de relation. Je ne force pas mes élèves. Je laisse la décision à mes élèves, ils doivent suivre leurs valeurs et penser de manière autonome, s'ils veulent apprendre l'aïkidō ou non.

‡ *Est-il difficile de nos jours de trouver des élèves qui veulent bien entrer dans ce type de relation ? Comment est-ce au Japon ?*

Malheureusement, c'est la même chose au Japon. Une relation traditionnelle et un lien spirituel, c'est du passé. Il n'existe pas de personnalités aussi exceptionnelles qu'Ōsensei, et plus d'élèves aussi charismatiques que l'étaient les siens. Avec l'agrandissement de la communauté de l'aïkidō de par le monde et un individualisme qui va bon train, l'esprit de l'aïkidō traditionnel risque de s'amenuiser encore et encore. Je crois qu'à l'avenir, on se trouvera de plus en plus dans un cercle d'ami(e)s.

‡ *Avez-vous une technique préférée ?*

J'ai une préférence pour les techniques Kokyu avec un focus particulier sur le sens et l'unité du corps, afin qu'un agresseur puisse rapidement être

maitrisé. Dans l'école de « Daitoryu » il existe un exercice « Aïki-age ». C'est un élément de base de l'aïkidō. Étymologiquement, c'est même l'origine du mot « aïki » [古事記]. En dehors du Daitoryu, au sein duquel c'est resté la base, plus personne ne semble savoir cela. Je conseille ces exercices car ils aident à ressentir l'unité du corps. Toutes les autres techniques s'en trouvent modifiées.

‡ *Un dernier mot pour nos lecteurs/lectrices ?*

Je suis heureux de pratiquer l'aïkidō depuis plus de 50 ans. Cela m'a aidé à nouer des liens avec de nombreuses personnes de par le monde. Et je suis très reconnaissant envers Nishio Sensei qui m'a mis sur la voie de l'aïki. La pratique de l'aïkidō est géniale et universelle. J'invite vos lecteurs/lectrices à considérer lors de la pratique l'unité de leur corps – c'est-à-dire ne pas s'appuyer sur la force musculaire mais sur la structure du squelette, comme dans le budo japonais traditionnel. Peut-être verrai-je de nombreux lecteurs de l'Aïkidō Journal à Pilsen.

‡ *Merci beaucoup pour cet échange.* AJ