

Jaff Raji

La force de la transmission

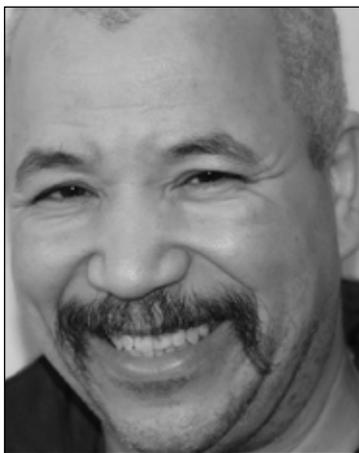
‡ *Où es-tu né ?*

Je suis né à Casablanca, au Maroc, en 1960. Je suis arrivé en France avec mes parents en 1966, le 18 août exactement. Cela fait 45 ans maintenant.

Mon père était là depuis 2 ans. Il était venu travailler dans la région ici, à Rennes, pour une grosse entreprise de bâtiment. Comme il avait un contrat de longue durée, et que nous ne pouvions pas rester seuls avec ma mère - nous étions 7 enfants - dès qu'il a eu un peu d'économies, il est venu nous chercher. Nous avons fait le grand voyage en train, de Casablanca à Rennes, en traversant l'Espagne. J'avais 6 ans, et j'ai plus de flashes de ce voyage et de ce que j'ai vécu en France après, que de souvenirs du Maroc. De ma vie avant 6 ans, j'ai quelques images qui sont revenues au fur et à mesure de mon développement personnel, qui est lié à ma pratique du budo. J'ai donc pu faire des flash-back en particulier de ma relation avec mon grand-père.

En fait la chance que j'ai eue je crois, c'est que le départ de mon père m'a rapproché de mon grand-père. J'étais le plus jeune des garçons et il fallait m'éduquer un peu plus que les autres. J'ai donc eu une relation directe avec mon grand-père. Je peux maintenant revenir sur cette relation, y réfléchir et comprendre l'influence qu'il a eue avant celle de mon père. Ce voyage faisait partie de mon destin. Je suis allé à l'école primaire ; cela a

été un gros choc culturel, parce qu'il fallait que j'apprenne tout de suite le français. Je suis entré dans un parcours scolaire normal, et j'ai dû tout de suite apprendre à lire, écrire et à parler. On est arrivé le 18 août, la rentrée était le 15 septembre, et nous avons donc eu 2 ou 3 semaines pour nous adapter. Je n'ai pas pleuré, jamais. Car c'était quelque chose de miraculeux pour nous :



nous retrouvions notre père, on réunissait la famille. Je n'ai donc pas eu de choc, ou de sentiment d'être déraciné, car notre famille était réunie et il n'y avait pas de manque. Je n'avais pas assez vécu, à 6 ans, pour éprouver le manque de mon pays d'origine. Peut-être que mes grands frères ou ma grande sœur ont éprouvé cela, mais je ne le crois pas foncièrement, car nous étions tous bien heureux de venir en France, d'apprendre une nouvelle

culture. Nous n'avons pas vraiment eu de soucis d'intégration. En 1966, il y avait moins de problèmes d'immigration qu'aujourd'hui. Mon père avait été l'un des premiers immigrants à arriver à Rennes. Dans la communauté marocaine, à Rennes, il était l'un des anciens, et il était très respecté par cette communauté pour sa sagesse. Dans le quartier où nous habitons, il y avait peu de famille d'immigrés, nous avions une relation avec notre environnement, avec l'école. La France savait aussi que les immigrés constituaient une main d'œuvre importante qui permettait de reconstruire le pays. Il y avait donc, je crois, quelque chose de très sain. Je n'ai pas eu de vécu désagréable, durant toute mon enfance, qui m'aurait fait regretter d'avoir quitté le pays que je n'ai pas beaucoup connu de toute façon.

Ensuite nous nous sommes un peu éloignés de la ville ; mes parents ont fait le choix d'aller dans un petit village de campagne, à 10 km d'ici. Là bas, nous étions les seuls Marocains du village, donc c'était quelque chose d'agréable pour nous ; nous pouvions être considérés avec curiosité, comme c'était la campagne, mais mon père était un homme intègre et honnête, et cela a déteint sur nous. Nous avons essayé de tenir notre place, d'être aussi agréables avec les gens.

‡ *et ici tu as tout de suite commencé l'aïkido ou d'autres arts martiaux ?*



Stage avec Komei SEKIGUCHI (à g. et son traducteur Márton) à Budapest – en arrière-plan Jaff Raji.
©Photos : Horst Schwickerath 2011 – Aikidojournal – www.aikidojournal.fr

J'ai tout de suite commencé l'aïkido, je n'étais pas intéressé par les autres arts martiaux. J'ai fait beaucoup de sport avant, je m'entraînais énormément, dès l'âge de 6 ans. J'étais assez doué, avec mes frères nous jouions au football principalement et nous étions un peu les vedettes du village, puisqu'on jouait bien, on faisait gagner l'équipe

Je voulais faire quelque chose pour moi, avec des gens qui se passionnent.

donc nous étions bien considérés, et notre famille aussi était respectée pour cela. Cela a contribué dans mon parcours à ce que je n'aie pas de problème corporel lié aux activités sportives, ni de problème de reconnaissance, ni subi de racisme. J'ai pu avoir un développement heureux dans un pays qui n'était pas le mien, donc je me suis tout de suite senti Français aussi.

J'étais toujours habitué à m'exprimer, à échanger et je m'entraînais beaucoup. On n'avait pas besoin de me dire : « cours, fais des efforts ». Je le faisais naturellement, parce que mon père nous avait appris à faire des efforts : pour toute réussite, n'importe laquelle, il fallait que nous fassions des efforts. Quelquefois, il ne comprenait pas

qu'on puisse faire l'effort de se lever tôt le matin pour aller jouer au football et que quand on n'avait rien à faire, on reste un peu plus dormir. Il nous disait que les efforts doivent être les mêmes dans tous les cas, que c'était notre vie et que si nous faisons des efforts pour quelque chose qui nous plaisait, nous devons aussi le faire pour ce qui ne nous plaisait pas. Nous devons être cohérents dans notre comportement

et ne pas faire des choix selon que nous éprouvions du bonheur ou non. Petit à petit, la progression s'est faite comme cela dans différents domaines, et un jour j'ai commencé à voir, puis à pratiquer les arts martiaux. Il y avait la série Kung Fu avec David Caradine et j'avais 13/14 ans à l'époque de cette série. Ce qui m'intéressait, c'était le vieux monsieur, le sage. Quelque part je retrouvais le grand-père et la valeur de la transmission. C'était intéressant de vieillir. Plus tard, j'ai commencé l'aïkido ; j'avais 20 ans, c'était le bon âge, je pense. J'ai compris que le sport n'allait pas me faire bien vieillir ; je me suis dit que dans les arts martiaux, quand les gens sont vieux, ils sont meilleurs que les jeunes. Dans le sport on doit être meilleur pour gagner, là c'est vieillir pour être meilleur. Cela m'ouvrait des perspectives sur du long terme.

Le budo pour moi a été l'aïkido car il n'y a pas de compétition d'aïkido. C'est quelque chose qui a éliminé tout le reste car je ne voulais plus de compétition. Je voulais faire quelque chose pour moi, avec des gens qui se passionnent. On y parle de se développer, de grandir, de comprendre un peu les choses humaines et cela m'a relié aux traditions que l'on m'a inculquées. Mon père et mon grand-père étaient très croyants et instruits dans l'Islam. Ils étaient respectés en tant qu'imams par les communautés. Aujourd'hui on essaie malheureusement de faire des

imams professionnels, alors que ce n'est pas du tout le cas de l'Islam. C'est quelque chose de libre. Nous avons été nourris par les confréries soufies au Maroc. C'est quelque chose que je retrouve dans le budo. Tout le travail que je fais aujourd'hui dans l'enseignement avec les gens qui me font confiance est aussi de recréer cette notion confrérique.

‡ Avec qui as-tu commencé l'aïkido ?

J'ai travaillé avec Monsieur Toutain quand il est arrivé à Rennes et cela a été une belle rencontre pour moi. Cela m'a donné aussi la notion du corps, de la rigueur, de l'esthétique. Après, j'ai beaucoup travaillé avec Monsieur Suga, nous avons été très liés pendant un long parcours.

J'ai rencontré Maître Tamura aussi à cette époque. C'est ce qui m'a donné la moelle épinière de ma pratique puisque je l'ai suivi régulièrement tout au long de ces années, pendant plus de 20 ans. Il faut avoir cette longévité avec le Maître. Si on ne l'a pas, on manque de recul. Il faut non seulement vieillir soi-même mais aussi le voir vieillir pour voir les transformations.

Cela m'a nourri, cette notion de vieillir avec la pratique. On vieillit ensemble et en même temps, on apprend ensemble et on se libère ensemble. La libération pour moi a toujours été importante puisque c'est aussi la base de mon éducation ; avec le plus grand

respect pour ceux qui nous instruisent, c'est indéniable.

Les autres professeurs avec qui j'ai eu des liens profonds et que je vois toujours, sont Monsieur Shewan pour la partie laïdo et Monsieur Krieger qui est expert en jodo en Europe. Voilà ceux qui ont été mes principaux guides dans ma pratique du budo.

‡ Tu as appris une profession ?

Oui, j'ai été dessinateur en bâtiment mais je n'ai pas du tout exercé ce métier. J'ai eu différents emplois pour gagner ma vie et le dernier travail que j'ai fait avant d'arrêter pour me consacrer à l'aïkido, c'était dans une discothèque. Je travaillais la nuit, c'était bien parce que je pouvais m'entraîner tous les jours.

Je reviens à mes sources des années 80, c'était l'époque où je faisais ce travail. Nous écoutions les Rolling Stones tout à l'heure, parce qu'il y a des choses qui me passionnent à nouveau en ce moment ; je les réécoute parce que je retrouve une vitalité, du plaisir. J'avais beaucoup de vinyles à l'époque, j'en ai vendus pas mal pour manger à une certaine période, pour avoir un peu d'argent parce que c'était difficile, et j'ai gardé quelques collectors que j'ai mis dans ma bibliothèque. Je les ai ressortis de la cave car il faut que je retrouve cette période-là, c'était une période vraiment énergétique ; en 1983,

j'avais 23 ans. Aujourd'hui je retrouve un peu l'énergie de cette période, et 30 ans plus tard, c'est agréable de retrouver l'énergie de ses 20 ans.

Quand j'ai dit que je voulais faire du budo, de l'aïkido, je voulais suivre Maître Tamura partout, il me fallait faire des choix de timing : je travaillais le week-end à la discothèque, je ne pouvais pas faire de longs voyages. Je me déplaçais à 150 km à la ronde pour faire les stages. J'ai fait le grand saut à ce moment avec une folie juvénile.

Aujourd'hui il y a des choses qui commencent à apparaître dans ma pratique : de la maturité, de la confiance ; il y a un grand groupe de personnes avec qui je travaille sur le plan international. Nous essayons de transmettre à notre tour ce que nous avons hérité de



Jiyū = liberté les kanji signifient littéralement : soi-même et provenir.

C'est mon héritage éducatif qui m'a permis de m'intégrer dans le domaine du budo ...



nos maîtres : on retrouve cette notion de confrérie. Je suis le maître d'œuvre de cette idée de confrérie dans ce groupe, donc il faut que je retrouve mon énergie de jeunesse pour mener un peu tout le monde à bon escient et être toujours exemplaire physiquement. Aujourd'hui il y a aussi beaucoup de sentiments entre nous, il y a de l'amour, de la confiance et on attend aussi de moi des choses plus intellectuelles, des explications, de la théorie, de la pédagogie. Il faut organiser, être précis et prendre son temps, toujours. Aujourd'hui je vais expliquer plus de choses à travers la pratique parce que j'ai grandi avec cela. J'ai consacré 24 heures sur 24 à la pratique. Je me couche avec le budo dans la tête, je me réveille avec le budo, je rêve budo. On me dit souvent que c'est bien de vivre de sa passion et je réponds que

non, je ne suis pas passionné du tout, je vis ma vie. J'ai pu être passionné quand j'étais jeune, j'ai failli me brûler. Aujourd'hui j'ai conscience du parcours réalisé, j'ai conscience du parcours qui reste à réaliser, je suis assez tranquille et je sais que c'est mon destin. Je vis au quotidien ma pratique et ma vie sans problème, avec des rencontres humaines toujours intéressantes. Quand on est passionné, je crois qu'on ne pense pas aux autres, on ne pense qu'à soi, on a plutôt juste envie de recevoir, de prendre, prendre, prendre. A un moment donné on est égaré, on arrive à saturation.

Je me suis apaisé au fur et à mesure parce que la dose d'entraînement que j'ai pu recevoir m'a permis de me dépassionner, d'arriver à la raison, à un équilibre. Suffisamment tôt pour pouvoir faire attention à mon corps, parce que je veux devenir vieux comme les gens qui ont été exemplaires pour moi. J'ai dû commencer à réfléchir sur ma pratique : comment je conçois ma qualité physique, comment je peux l'interpréter, l'expliquer, la décortiquer. Cela m'a évité de me surcharger et même si je me suis blessé souvent parce que je pratique beaucoup, c'est normal, mais à chaque fois qu'il y a eu une blessure, c'était un moment d'observation. C'est important, au travers de la blessure, dans une pratique sur le long terme comme la nôtre, de pouvoir nous corriger sans cesse, et de trouver à un moment donné cette

unité en soi du corps, du cœur et de l'esprit.

On recherche cela parce qu'on est tout azimut, on vit des émotions, il y a des choses qui nous plaisent, qui ne nous plaisent pas, des déceptions à différents niveaux. C'est important pour notre construction, ceux qui travaillent sur le long terme le comprendront et pourront l'expliquer.

Hier nous avons partagé tout au long de ce kangeiko avec mes différents anciens, amis et professeurs comme Sabi. Nous avons tous 50 ans et plus. J'ai dit pourquoi il était important d'être exemplaire, quel que soit son âge ; on ne se plaint pas de ses douleurs quand on est dans la transmission. Nos douleurs sont personnelles. A chaque fois que l'on montre quelque chose, on doit être exemplaire et on transcende la douleur. C'est comme ça qu'on arrive à attirer les jeunes aujourd'hui, avec notre exemplarité corporelle. Si quelqu'un de 20, 25 ou 30 ans entre dans le dojo, il verra quelqu'un de 50 ans qui fait cela, et se dira qu'il n'a pas de raison de se plaindre, et de ne pas le faire. On doit avoir cette qualité en tant qu'enseignant d'attirer par une exemplarité, et non par un pouvoir d'influence ou de manipulation. C'est juste être ce que l'on doit être au mieux et l'exprimer.

C'est mon héritage éducatif qui m'a permis de m'intégrer dans le domaine du budo et de faire confiance au temps, j'en suis conscient.

Je peux dire maintenant que c'est ma vie, que plus personne ne pourra m'en détourner, c'est intégré dans mes cellules. Personne ne peut aller toucher mes cellules et me dire « ne fais pas ceci, ne fais pas cela ». Quand j'ai évoqué cela avec quelqu'un récemment, on m'a dit « Jaff fais attention à la culture de l'égo, attention à l'imitation ». Si quelqu'un m'imité, je serai heureux qu'il m'imité à bon escient, parce que j'ai fait la même chose avec mes maîtres. C'est la première chose que l'on doit faire, imiter le maître. Après il faut s'en débarrasser. Donc si je peux servir à cela, si j'ai avec d'autres ce pouvoir naturel d'attirer de l'énergie, de faire travailler des gens, c'est bien, mais il faut qu'ils fassent aussi la démarche de se détacher de nous parce que nous ne les attirons pas par la parole mais par un comportement, une pratique dans une discipline. C'est important d'avoir conscience de notre « pouvoir » en tant qu'enseignant, parce qu'il y a

surmonter, ce n'est pas intéressant. Je pense qu'il est important que les gens heureux le disent, parce que nous sommes dans une société où les gens aiment se plaindre.

Sur un autre plan, j'ai eu de la chance d'avoir un père comme celui que j'ai eu. Mais quel que soit le père que l'on a, on a la chance d'avoir un père. Si vous estimez que l'exemplarité de votre père n'est pas celle que vous attendez, ne faites pas comme lui et ce n'est pas parce que vous avez eu un bon père que vous allez devenir bon. C'est un effort personnel à faire, c'est aussi une remise en question permanente. Il faut comprendre pourquoi il était bon ou pourquoi il n'était pas bon. C'est du développement personnel, l'important n'est pas ce que l'on reçoit des gens, mais ce que l'on en fait. Que fait-on comme effort personnel pour se développer ? Il n'y a pas de jugement à porter, il y a juste à observer. On peut observer objectivement

Si quelqu'un éprouve de la joie à faire quelque chose, il faut le laisser faire.

des gens qui nous aiment, qui nous admirent, mais nous recevons autant de critiques. Donc à ce moment-là, il n'y a pas de problème, la chose est équilibrée.

Comme je le disais tout à l'heure, je n'ai pas de problème dans ma vie. Je suis heureux de vivre même si j'ai eu des difficultés. Quand tu n'as jamais rien à

ce qui nous ressemble, ce qui ne nous ressemble pas, ce que l'on est, ce que l'on ne veut pas devenir, ce que l'on ne veut pas être, ce qui nous attire chez quelqu'un.

J'ai toujours été attiré par des gens qui me faisaient faire des efforts. J'aurai pu être beaucoup plus feignant parce que j'étais doué. Mais mon père m'a appris



Jaff, en arrière-plan, Szabolcs (Szabi).

à faire des efforts, même quand cela ne me plaisait pas. Malgré mes qualités physiques de jeunesse, j'ai quand même fait des efforts et cela m'a équilibré. J'ai fait des efforts sur des choses difficiles, que je devais réussir. Quand on me demande « que faire quand arrive ceci ou cela ? », je réponds « chute. Tu veux réussir cela ? Fais des chutes ». « Mais comment... », « eh bien, chute, il n'y a pas d'autre solution ».

A un moment donné, dans mon parcours, c'était cela. On m'a dit : « Jaff, il faut chuter » ; parce que Maître Tamura chutait bien. Les gens qui apprenaient avec O'Sensei ont appris beaucoup avec la chute. Donc je me suis dit qu'il n'y avait pas de raison pour que je n'y arrive pas, et j'ai chuté.

Chuter est un effort permanent. Même

La lune? Ce n'est plus la même
 Le printemps? Ce n'est plus
 Le printemps d'autrefois
 Moi seul
 N'ai pas **C**hangé.
 (Ariwara no Narihira)



aujourd'hui, quand il faut chuter, je chute, mais plus de la même manière. Quand j'étais jeune, je sautais partout sur les tatamis, les gens me disaient « Jaff, fais attention, tu vas te blesser, attention au dos, prends soin de toi, etc. ». Je répondais que je prendrais soin de moi quand je serais vieux ; aujourd'hui j'ai cette énergie, je l'utilise. Si je ne fais rien, comment vais-je devenir vieux ? En fait ces gens me disaient « ne fais pas ça, parce que nous allons être obligés de le faire ! ». Si quelqu'un éprouve de la joie à faire quelque chose, il faut le laisser faire. Mon père, quand je faisais des conneries, me laissait faire. Après, il m'enseignait : « tu veux faire ça ? Mais il faut d'abord tout casser, faire le terrain propre pour pou-

voir construire quelque chose ». Mon corps, je devais le « détruire » pour pouvoir le reconstruire. J'ai fait ces analogies très symboliques de ce que j'ai reçu de ma famille.

Ma famille, mon père et mon grand-père, mes frères et sœurs, ma mère, mes oncles, mes amis, le village, la ville de Rennes, c'est une super vie ; je n'ai pas à me plaindre, ce n'est que du bonheur, que des choses intéressantes à trouver.

| *est-ce que ce n'est pas contradictoire de faire de l'aïkido, du ken, du jodo ?*

Non, pas du tout. Très tôt je me suis intéressé aux armes parce que Maître Tamura aussi portait des armes et

il utilisait toujours le sabre. On voyait O'Senseï avec le ken. Il n'y a pas de raison de se dire que le ken n'est pas bon pour l'aïkido. Quand j'ai commencé le iaido, cela m'a corrigé le corps, cela m'a donné une rigueur, une précision, parce que je travaillais seul. Quand je ratais, je ne pouvais pas dire « c'est uke qui chute mal ». C'était un travail personnel que je devais faire, quelque chose de rigoureux qui peaufinait le corps au fur et à mesure. L'aïkido souvent est beaucoup plus libre, on peut bouger dans tous les sens, on peut gesticuler sans s'en apercevoir. Quand on fait du iaido ou du iaijutsu on ne peut pas gesticuler. Si on gesticule, on se détruit, donc il faut toujours avoir cette précision du geste.

Après, quand j'ai découvert le jodo cela m'a aussi donné une autre qualité de mouvement, de posture. Je pouvais donc travailler sur trois dimensions. On peut parler techniquement : un hammi total en aïkido, un peu moins au jodo, et pas du tout au iaido donc on passe du carré au cercle.

Mon évolution au travers de ces trois disciplines a plutôt façonné ma manière de bouger, m'a façonné le corps dans toutes les dimensions et cela a été un apport considérable.

Dans les stages, quand les gens me demandent de faire les armes et pourquoi les armes, c'est important, je réponds que toutes les disciplines japonaises viennent du sabre il n'y en a aucune qui n'est pas née de cette