



Raymond Bisch

2^{ème} partie

... où est la verticalité dans ce genre de mouvement ?

Si je reste vertical, c'est le maximum, non ? Le mieux ?

Gilles : Le mieux... ça dépend ! Quand on bouge, par exemple, il n'y a pas forcément de verticale absolue. Qu'est-ce que c'est, « vertical » ? C'est vertical par rapport à l'environnement ? Est-ce que c'est vertical par rapport à ses appuis, donc ses forces, quand on exerce des appuis ? L'équilibre des appuis, la capacité de se mouvoir le plus facilement, le plus rapidement, au moindre coût ?

C'est simple à expliquer quand on ne bouge pas, mais c'est beaucoup plus difficile à percevoir lorsqu'on commence vraiment à bouger. On peut très bien se trouver dans une position un peu bizarre, que ce soit en aikido



ou en iai, sans pour autant avoir perdu sa verticalité, je pense. Quand on voit Maître Noro projeter des gens...

R. Bisch : ... où est la verticalité dans ce genre de mouvement ?

[Raymond Bisch et Gilles montrent un mouvement]

G : Je pense que la verticalité se construit, c'est une espèce d'axe de rotation, mais qui change constamment.

Si je parle de « verticale », ce sont les muscles du dos qui travaillent, automatiquement.

R. Bisch : Il ne faut pas parler de muscles, mais de chaîne musculaire, des orteils, par la voûte plantaire, jusqu'à l'occiput. Ce sont tous les faisceaux qui sont reliés entre eux, ce sont tous ces faisceaux qui marchent ensemble, et non pas segment par segment. C'est un tout. C'est toute la relation qu'il y a dans le corps, et c'est le centre qui est en mouvement, et tout s'articule alors d'une façon équilibrée dans le mouvement.

Sur ikkyo [RB montre ikkyo]...

Où est la verticalité, là dedans ?

C'est une conception tout à fait différente, rien n'est fixe, tout est en mouvement. Et le problème c'est qu'on est parti sur des bases très géométriques de la posture – « ça doit descendre

comme ça, comme ça... » – mais dans l'action, c'est très différent. Quand on voit Ueshiba, ou Noro, c'est très différent.

Si on commençait maintenant à faire le béton pour cette dalle, sans la bétonnière, si je ne suis pas droit, dans cinq minutes j'aurai le dos cassé...

R.B. (rire)

Je crois qu'on a tendance à trop attacher d'importance aux muscles pour tenir le corps. Ce n'est pas simplement ça. Il y a autre chose, Gilles pourra vous expliquer mieux que moi. Le volume musculaire n'a rien à voir avec la tonicité.

maintenant je ne pratique presque plus l'aikido, mais avant, j'expliquais tous les jours qu'il faut rester droit, quelle que soit la technique, même pour shiho nage... parce que si je ne reste pas droit, certains muscles commencent à travailler pour compenser, et je commence à forcer, automatiquement. C'est cela que je ne trouve pas bien. Peut-être qu'on ne peut rien y faire en aikido, mais pour moi, il faut travailler en souplesse et rester droit, ça ne pose pas de problème si on a l'habitude. Ce n'est pas une raison pour faire ça [Horst montre le geste]. Aujourd'hui, beaucoup de maîtres disent « reste droit », mais travaillent comme ça. C'est ridicule, pour moi. Vous avez raison, je n'avais pas pensé à ce que vous dites,

*... rue des Petits hôtels, on avait développé de très
grands déplacements,
des grands mouvements.*

que c'est une spirale, bien sûr, lorsqu'on est en mouvement...

R. Bisch : On peut varier l'amplitude du mouvement. Ce qu'il faut, c'est que tout soit délié, et en mouvement. Mais après, on peut exagérer les amplitudes, pour x raisons. Par exemple, rue des Petits hôtels, on avait développé de très grands déplacements, des grands mouvements. Mais cela avait une raison d'être, c'était pour délier toutes

les cartilages, la pression au niveau des articulations est très différente, donc cela a besoin de bouger dans tous les axes.

Après, l'amplitude, la verticalité, être droit... c'est l'adaptation. Mais il ne faut pas confondre, sinon les gens sont rigides. Quand on voit qu'ils font shiho nage en descendant à genoux, par exemple... pourquoi pas, mais c'est leur conception, ce n'est pas la mienne.

tion est différente – aiki : aï, union, ki, énergie. C'est la vie de chacun qui lui fait trouver son aikido en fonction de lui-même.

Moi j'utilise un vocabulaire de mouvements, qu'on appelle des techniques d'aikido, issues des arts martiaux. Quand on parle d'aikido traditionnel, ou comme dernièrement, un élève m'a dit « l'aikido authentique », ou « vrai »... cela me fait rire ! Où est l'aikido ? Quand on voit ce que maître Ueshiba a pu étudier, et qui n'était pas l'aikido, et toute la progression qu'il a suivie, jusqu'au moment où il a employé le mot aikido, ce n'était plus la même chose, déjà, sa conception était complètement différente. Il a eu tout un vécu. Son aikido, même, le sien, n'était plus la tradition par rapport à ce qu'il avait appris. Ses mouvements avaient changé, les formes avaient changé, sa perception avait changé, sa façon de respirer avait changé. Donc quand on parle maintenant d'aikido « traditionnel », c'est quoi ? Ce sont des mots !

Le peu d'experts japonais que je suis allé voir, du haut des tribunes, dans les stages, font tous de l'aikido traditionnel... Je veux bien, mais parmi les Japonais qui ont vraiment suivi maître Ueshiba – il n'y en a plus beaucoup – si on en voit cinq, on doit avoir six ou sept avis différents ! (rire). Ils ont chacun une conception différente. Quand

On peut le travailler ...très court, dans la projection.

les articulations du corps. Et on peut le faire très court, mais dans ce mouvement court, il peut y avoir toutes les facettes du délié des articulations. Ce n'est pas une question d'amplitude, de grande courbe. On peut le travailler parce que les gens ont besoin de bouger, etc. mais on peut le faire très court, dans la projection. C'est une question d'adaptation de la technique, d'un mouvement donné. On faut un choix. Mais quand je voit actuellement les mouvements, sous prétexte de verticalité, je trouve plutôt qu'ils sont raides. Il n'y a pas de disponibilité, c'est rigide... ça ne me convient pas, ce n'est pas ma conception.

Je suis pour que le corps soit délié, que toute les articulations travaillent, qu'il y ait une succession entre le muscle, le tendon, l'articulation, les insertions, les capsules articulaires ; que tout vibre ;

Ils sont dans une référence « art martial »... pour moi, il y a un corps, il faut l'assouplir, le tresser, j'utilise un vocabulaire de mouvements. Je travaille différemment, mais quand mes élèves vont passer des grades dans un autre contexte, où je ne suis pas jury, cela passe. Donc il y a quelque chose, quand même.

Mais je ne suis jamais allé travailler ailleurs que chez maître Noro. Je ne me sens pas du tout d'atomes crochus dans le milieu de l'aikido. Ce n'est pas forcément mauvais, mais ça ne me convient pas.

Quand je vois certains articles, certaines personnes avec qui j'ai travaillé chez Noro, qui travaillent... les gens vivent leur vie, ce n'est ni bien, ni mal, ce n'est pas moi, c'est tout, ma concep-



on voit simplement la différence qu'il y avait entre maître Noro et maître Tamura... même au début !

Je pense que jouer au samourai au 21^{ème} siècle... c'est un peu juste, il y a peut-être autre chose à faire, il y a assez d'agressivité, assez de violence comme ça.

Si on étudie les armes, par exemple, c'est très intéressant, mais qu'est-ce qu'on recherche quand on étudie

*...jouer au samourai
au 21^{ème} siècle...
c'est un peu juste...*

cela ? La perception ? Le travail ? Ou est-ce qu'on enchaîne un ensemble de mouvements, une fois toi, une fois moi ? Mais la façon de percevoir le mouvement, dans l'action, avant même que l'action soit déclenchée, c'est cela qui est intéressant : comment l'œil détermine l'action et les trajectoires ? Comment rester d'une façon neutre dans le mouvement ? Comment on contrôle le mouvement, avant d'entamer une réaction ?

Donc il y a déjà tout un état de perception vis-à-vis de l'autre. Il faut être neutre, et c'est très intéressant à travailler. La perception que l'on peut avoir de la façon de contrôler un mouvement, sur une frappe avec un bokken ou un jo... mais cela peut être le verbe aussi, je peux être agressé verbalement : comment je réagis à ce type d'agression ? L'utilisation du verbe peut être similaire à un véritable coup de sabre.

Donc si j'étudie le bokken, dans un premier temps, c'est : contrôle, contrôle, contrôle...

Et sur le contrôle, le partenaire peut enchaîner autre chose, sans que ce soit formaté. Comment mon œil visualise l'enchaînement, un enchaînement qui n'est pas préconçu – un coup à toi, un coup à moi, etc., et comment il va adapter.

Si l'on fait dix mouvements, il va y avoir dix façons différentes d'enchaîner. Développer, être la position neutre, et avoir une perception générale : je ne pense pas qu'en restant rigide on y arrivera. Parce que la vie, c'est le mouvement. Rien n'est fixe dans la vie, tout est mouvement.

Et comment vous avez trouvé cela ?

R.B. Simplement en observant la vie, je vous l'ai dit : le milieu où j'étais, ma femme, la danse, les arts... J'ai eu l'occasion de montrer Baryshnikov, dans des ballets, à Gilles, dernièrement, et à des élèves : c'est fabuleux du point de vue du placement du corps, de la position du centre de gravité. Comment le délié, le corps s'articule dans le mouvement tout en gardant sa position de centre de gravité...

J'ai pioché là toute ma conception de l'aïkido, dans la musique aussi : c'est de la vie, c'est de la respiration, de la vibration. Quand j'écoute, que je vois, je fais un mouvement d'aïkido dedans. C'est une respiration, c'est un souffle, c'est quelque chose qui se passe.

Moi je suis réceptif à cela, d'autres vont l'être à autre chose. Et c'est comme ça que j'ai continué à travailler. L'ostéopathie aussi m'a fait réfléchir beaucoup sur le mouvement, sur la biomécanique. Que se passe-t-il quand je sollicite une articulation, qu'est-ce que je ressens quand je fais ikkyo, au premier contact ? Qu'est-ce que j'ai sous la main, est-ce que la résistance est mus-

Si vous voulez lire volontiers plus – nous vendons AJ :
https://www.aikidojournal.eu/Edition_francaise/2013