
ENTRETIEN AVEC PHILIPPE LÉON


chuter n'est pas jouer

Délégué Technique de la Région Aquitaine, Philippe Léon 6^e dan pourrait bien avoir débuté l'Aïkido dès le bac à sable tant sa maîtrise de l'espace et son sens de l'équilibre force l'admiration de ses pairs. Formé auprès de sensei prestigieux, il n'en reste pas moins modeste dans la transmission de son art.

VOUS SEMBLE-T-IL SUFFISANT DE NE PARLER DE MORIHEI UESHIBA QU'AU TRAVERS DE LA PHILOSOPHIE DE L'ART QU'IL A CRÉÉ ?

La première image que l'on a de Morihei Ueshiba reste la démonstration de sa pratique de l'Aïkido. Il a d'abord développé cet art, et seulement après est apparu le côté philosophique.

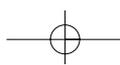
Dans la pratique de l'Aïkido, avant de parler de philosophie, il est nécessaire de passer par une pratique physique de la discipline ainsi qu'une éducation du corps pour enfin essayer d'approcher son côté philosophique.

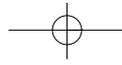
QU'ELLE EST LA SIGNIFICATION DES ARMES EN AÏKIDO ?

Pour moi, l'Aïkido se suffit à lui-même, mais le travail des armes reste toutefois complémentaire. Dans ma pratique et dans mon enseignement, je n'ai pas de cours spécifiques avec armes (bien que je les enseigne ponctuellement) car en Aïkido, comme tous les enseignants doivent le savoir ou s'en sont aperçus, il est difficile de programmer un cours à l'avance. En effet, l'enseignement s'adapte à la disponibilité des élèves et à la sienne propre. C'est dans cet esprit là que je n'ai pas de cours spé-

cifiques d'armes. On ne peut tout de même pas concevoir le travail des armes seulement au moment de la préparation des grades. Dans le monde de l'Aïkido, certains enseignants font référence aux armes. Cela dépend de l'enseignant et de ce qu'il désire faire passer à travers les armes et la pratique à mains nues.

Dans mon esprit, la pratique de l'Aïkido commence par un travail à mains nues. Certains pensent que le travail des armes développe la vigilance. Pour moi, la vigilance se développe avant la pratique des armes qui ne sont qu'un complément à celle-ci.





QUELS SONT LES FONDEMENTS PRINCIPAUX DE VOTRE ENSEIGNEMENT ? PRIVILÉGIEZ-VOUS CERTAINES TECHNIQUES ?

Dans mon enseignement de l'Aïkido, j'essaie d'utiliser tout le patrimoine technique que l'Aïkido offre, sous différentes formes de travail, sans toutefois en privilégier une par rapport aux autres, car pour moi toutes les techniques méritent d'être enseignées et pratiquées. Ce que je privilégie davantage, c'est l'adaptation de tori par rapport à uke.

J'essaie de diversifier mon enseignement au travers des techniques de projection et de contrôle.

QUELLE SIGNIFICATION A POUR VOUS LE TAI SABAKI, EN QUOI EST-CE FONDAMENTAL POUR L'AÏKIDO ?

Dans la pratique de l'Aïkido, on ne peut ignorer le tai sabaki.

Ce déplacement est fondamental pour l'Aïkido. Son utilisation, soit dans son intégralité, soit partiellement, selon le choix de la technique (omote ou ura), permet de s'adapter à la situation choisie et surtout donne une signification particulière dans l'utilisation des hanches en Aïkido. Le tai sabaki est l'élément moteur de la mobilité dans l'Aïkido.

PRÉCONISEZ-VOUS UN TRAVAIL SPÉCIFIQUE DU KI ?

Non, je ne préconise pas de travail spécifique du ki. Pour moi, le travail du ki se fait dans la pratique de l'Aïkido. Quand sa pratique personnelle devient partie intégrante de soi, on commence alors à parler de ki. C'est pour cette raison qu'il me semble difficile d'avoir des mouvements spécifiques de travail du ki. Je conçois très bien cependant que certains enseignants développent un enseignement sur cette énergie, présente mais difficile à mettre en évidence.

LA MIXITÉ DANS LA PRATIQUE VOUS PARAÎT-ELLE PROFITABLE À L'AÏKIDO ?

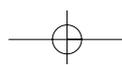
Dans ma pratique, c'est une question que je ne me suis jamais posée car, dans mon enseignement, j'ai toujours eu des cours mixtes. Ma façon d'enseigner l'Aïkido reste identique, que ce soit pour une femme ou pour un homme. Pour moi il n'y a pas d'enseignement spécifique pour les femmes. Certains diront qu'il est plus difficile de travailler avec les femmes, étant donné leur semblant de fragilité par rapport

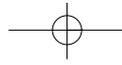


Pour Philippe Léon, le ki doit se développer dans une pratique courante de l'Aïkido sans technique spécifique.



Photos Gunther Vincente





Le travail aux armes, une perception différente et complémentaire de l'Aïkido.

aux hommes, toutefois cette « faiblesse » n'est, à mon sens, pas réelle car nous trouvons le même problème chez certains hommes. Lors de mes déplacements à l'étranger, j'ai été surpris, j'ai constaté qu'il existe des cours spécifiques pour les femmes. Pour moi, cela va à l'encontre de l'égalité entre les sexes. Je pense que la femme a trouvé naturellement sa place dans la pratique de l'Aïkido.

▼ **L'Aïkido est un art martial « noble » visant à détruire l'agressivité du partenaire, sans pour autant détruire ce partenaire.** ▲

VOTRE EXPÉRIENCE VOUS FAIT-ELLE DÉCOUVRIR TOUJOURS PLUS DE NOUVEAUX ÉLÉMENTS DANS L'AÏKIDO ?

Oui bien sûr. Ces nouveaux éléments émergent de mon enseignement et de ma pratique. En effet, lorsque mes élèves sont confrontés à un problème, cela me permet d'analyser la technique différemment.

À travers cette réflexion, de nouveaux apports nourrissent mon enseignement, sans toutefois innover dans la création de nouvelles techniques car l'Aïkido offre une palette suffisante pour évoluer.

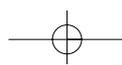
AVEZ-VOUS LE SENTIMENT QUE NOUS AVONS EN FRANCE UNE APPROCHE TRADITIONNELLE DE L'AÏKIDO ?

Je pense que dans la pratique elle-même et dans l'enseignement de la discipline, nous essayons de conserver cette approche traditionnelle, bien qu'au plan de l'enseignement,

l'esprit cartésien des Européens demande une pédagogie beaucoup plus analytique de la technique. Cette forme d'apprentissage n'est pas non plus négative, dans le sens où elle permet au pratiquant d'évoluer plus rapidement. Si, sur le plan technique, nous essayons de conserver une approche traditionnelle de l'Aïkido, il nous faut essayer également de respecter une certaine étiquette sur le tatami pour éviter quelques petites dérives



Photos Gunther Vincente





qui sont malheureusement constatées. Ces dérives proviennent certainement d'un manque d'information. C'est à ce niveau-là que le rôle des « anciens » est d'intervenir pour informer tous les nouveaux aikidoka des quelques règles à respecter sur le tatami.

QUELLE PEUT ÊTRE L'UTILITÉ DE L'AÏKIDO DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS ?

Dans la vie courante, l'apport de l'Aikido ne sera bien sûr pas le même pour tout le monde. Pour certains, l'Aikido procure une saine dépense d'énergie. D'autres y verront un art martial purement défensif qui les rassure dans leur vie quotidienne, et d'autres encore la recherche d'un équilibre physique et mental. La pratique de l'Aikido, dans un dojo, crée des moments conviviaux qui permettent de construire avec l'autre des relations qui procurent, à l'extérieur du dojo, un équilibre personnel.

VOUS AVEZ FAIT DE NOMBREUX SÉJOURS AU JAPON, DE QUELS SENSEI AVEZ-VOUS REÇU L'ENSEIGNEMENT ?

Mon premier séjour au Japon date de 1981, suivi de nombreux autres. J'ai eu, effectivement, l'honneur de travailler avec les grands maîtres de l'Aikikaiï (certains ne sont plus de ce monde aujourd'hui). Quelques-uns avaient été des élèves directs d'O sensei Morihei Ueshiba. Cela m'a permis de rencontrer et de suivre les nombreux cours de tous ces maîtres, et d'en apprécier leurs pratiques différentes. Autre expérience d'importance au Japon : j'ai été ushi deshi à Iwama au dojo de Saito Morihiro. J'ai pu ainsi découvrir les qualités humaines de

maître Saito. Le fait de vivre dans son dojo toute la journée, d'être à la disposition du maître tous les matins et de pratiquer régulièrement son Aikido et son travail aux armes, m'a donné l'occasion d'avoir une perception différente de l'Aikido. Cette expérience au dojo d'Iwama, qui était le lieu de vie du fondateur de l'Aikido, a été très positive dans mon vécu et pour mon comportement d'aikidoka.

QUELLE EST LA DIFFÉRENCE LA PLUS IMPORTANTE ENTRE L'AÏKIDO ET LES AUTRES ARTS MARTIAUX ? COMMENT L'EXPLIQUEZ-VOUS ?

L'Aikido est essentiellement un art martial de défense, dépourvu de toute compétition, ce qui le rend accessible à tout le monde car il ne nécessite pas de grandes qualités physiques

pour sa pratique, tout en proposant une grande variété de techniques, autant à mains nues qu'avec des armes. Cette discipline est également ouverte à tous les âges de la vie. Mais l'Aikido reste toutefois une discipline complexe dans son apprentissage, celui-ci s'organisant comme un jeu de rôle entre uke et tori.

Dans cette forme de travail où il n'y a ni gagnant ni perdant, aucun esprit de compétition ne peut se développer. L'Aikido est un art martial « noble » visant à détruire l'agressivité du partenaire, sans pour autant détruire ce partenaire. Une telle maîtrise nécessitera de très longues années de cotisations !!!

Hai li - hai lo,
on rentre de
l'Aikido,
hai li - hai lo...

