

# unir l'esprit et l'action

La Pratique de l'harmonie, Silva Tscharner 3ème dan, Présidente de la ligue Languedoc-Roussillon, la vit quotidiennement au contact de ses élèves comme dans ses rapports environnementaux. Rencontre avec une incondionnelle du partage et de l'échange.

### L'AIKIDO REQUIERT UN ENGAGEMENT PERSONNEL EXIGEANT. COMMENT ARRIVEZ-VOUS À CONCILIER À LA FOIS VOTRE PROPRE PROGRESSION ET L'ENSEIGNEMENT DE L'AIKIDO ?

Après un premier temps de découverte, tout pratiquant d'Aïkido ou d'autres Arts martiaux, se rend compte que sans engagement il risque fort de passer à côté du véritable but de la pratique. Après avoir acquis une base technique plus ou moins complexe, nous nous forgeons une identité psychomotrice qui nous amène à pousser la porte d'une démarche globale ; développer notre capacité de maintenir l'équilibre et l'harmonie entre nous et notre environnement. Nous comprenons donc facilement que cette étude peut durer toute la vie... Alors peu importe si l'on enseigne ou l'on s'entraîne. En ce qui me concerne, il n'y a pas de séparation entre le fait d'enseigner et le fait d'étudier, c'est plutôt la forme de travail qui change. La progression se réalise en toutes circonstances, si on est capable d'enregistrer un résultat on progresse. Si on se considère étudiant de sa vie, on progresse chaque matin en se réveillant !

### COMMENT S'ORGANISE VOTRE ENSEIGNEMENT ?

Habitant à la campagne, les che-





mins qui mènent au dojo sont quelquefois longs et sinueux, Il m'est arrivé de me retrouver sans enseignant à proximité et pour pratiquer régulièrement j'ai dû au début remplacer l'enseignant. La richesse de cette expérience m'a conduite à l'école des cadres pour passer le monitorat et le brevet d'état... Les nombreux échanges avec des enseignants confirmés et des examinateurs compétents m'ont motivé pour poursuivre une tâche pas toujours facile ! Ensuite c'est le retour des élèves qui prend le relais ; en pouvant pratiquer les deux rôles, le partage est réciproque, une sorte d'union...

L'enseignement est un engagement plus profond dans la pratique, on ne manque plus le cours pour un dîner entre amis ou un retard quelconque. Nombreux sont les enseignants qui parcourent les routes, imposant à leurs proches une vie de famille irrégulière avec des horaires en décalage avec le monde du travail classique. La vie du sensei reste un combat entre le don de soi et sa sauvegarde.

En commençant par l'assistantnat dans un cours jeune au club qui m'a fait découvrir l'Aikido, ma première motivation fut de pratiquer d'avantage. J'ai découvert le sens du Reishiki, en langage jeune "les règles du jeu", et

j'ai compris qu'il contenait des éléments fondamentaux pour enseigner dans un esprit éducatif ! Fidèle à ce concept, j'enseigne encore d'avantage aux jeunes : une journée par semaine, un cours adulte, et un cours jeune précédent mon entraînement hebdomadaire. À l'occasion j'enseigne sur demande entre amis enseignants !

**QUEL EST LE PRINCIPE MAJEUR DE VOTRE VOIE ?**

L'Aikido bien sûr, un principe par excellence. L'union et la compréhension de l'inutilité de l'opposition, donc du combat, un paradoxe comme beaucoup d'autres rencontré pendant l'apprentissage des techniques et leurs applications. Au début il semble paradoxal d'étudier le rôle de Uke en même temps que celui de Tori, ne faire qu'un avec l'ennemi, le paradoxe omote / ura, je me souviens que durant mes premières années de pratique je ne pouvais pas comprendre l'union avec mon partenaire parce que mes mouvements dissociés dans l'exécution d'une technique devaient d'abord passer par un apprentissage de l'union de moi-même pendant un mouvement centré !

**L'UNION ENTRE LES HOMMES VOULUE PAR O SENSEI MORIHEI UESHIBA VOUS SEMBLE-T-ELLE SE RÉA-**



**LISER DANS LA PRATIQUE DE L'AIKIDO ?**

L'idée de l'union est la base de l'Aikido ! Je n'enseigne pas professionnellement, ce qui m'implique dans la vie associative. Après avoir traversé toutes sortes de fonctions administratives dans les clubs, les comités départementaux, la ligue et leurs commissions, j'ai compris que l'union entre les hommes voulue par O Sensei peut se réaliser dans la pratique bien sûr, mais pour la réaliser dans une association il faut plus que de la pratique physique... sans parler de l'union entre les hommes dans la société tout court !

**PRÉCONISEZ-VOUS UNE PRATIQUE SPÉCIFIQUE DES ARMES ?**

La pratique des armes est en général une corvée pour les

**Les techniques d'Aïkido sont chez Silva Tscharner un espace de création au service du respect de son partenaire.**



**Aux armes comme à mains nues, Silva Tscherner fait passer un message d'harmonie et de partage dans l'échange.**

débutants. Elle nécessite une grande autodiscipline dans l'étude de la posture. Elle sollicite la concentration et la gestion de la peur ! Je souhaite à tout pratiquant de découvrir l'essentiel dans le travail des armes. Beaucoup de mouvements et d'attitude ont leur raison martiale d'être. Le travail des armes nous rend la compréhension d'une situation de combat plus facile. Le danger immédiat fait appel aux capacités de maîtrise mentale, à la concentration ainsi qu'à l'endurance de la matière grise...

**EST-IL ENVISAGEABLE D'UTILISER LES TECHNIQUES D'AÏKIDO SUR TOUTES LES FORMES D'ATTIQUES?**

Considérant que l'Aikido est un principe, je ne vois pas de limi-

te. Bien entendu, sur une attaque au bazooka le problème se pose différemment, et l'Aikido peut apporter beaucoup sous un autre aspect qui serait plutôt d'ordre préventif... Les techniques d'Aikido peuvent s'inventer dans toutes les situations, mais avant d'avoir une pratique créative il faut étudier les principes de bases avec précision et se limiter à un apprentissage progressif.

**A QUOI PARTICULIÈREMENT FAUDRAIT-IL ATTACHER LE PLUS D'IMPORTANCE ?**

À la disponibilité de pouvoir changer toute forme acquise.

**ÊTES-VOUS ATTENTIVE AUX ÉVOLUTIONS QUE L'ON PEUT OBSERVER ?**

Toute observation d'évolution nous fait progresser, elle est la mémoire vive dans la pratique.

**À QUEL SENSEI VOUS RÉFÉREZ-VOUS PARTICULIÈREMENT, QUELLES SONT LES PARTICULARITÉS DE LEUR ENSEIGNEMENT ?**

Merci la chance ! Ma voie en Aikido a commencé quand l'Aikido en France était enseigné par de nombreux grands senseis. Je ne pourrais tous les citer, mais tous ont en commun une grande générosité et leurs particularités sont leur manière propre de créer l'Aikido dans le support qui leur est personnel.

Ma reconnaissance est infinie... au revoir !

**CONSIDÉREZ-VOUS QUE L'AÏKIDO MÈNE RÉELLEMENT AU RESPECT DE SON ADVERSAIRE ?**

Oui absolument, sinon on n'a jamais la possibilité de progresser, c'est l'autre qui vous fait progresser !

**Y-A-T'IL POUR VOUS UNE DOMINATION MASCULINE EN AÏKIDO ?**

Question à zapper... en tous cas en ces termes. Parlez-vous en nombre licenciés ou de présence assidue aux cours quotidiens ?

**VOUS INTÉRESSEZ-VOUS À D'AUTRES PRATIQUES ?**

Oui, je m'intéresse à pratiquer la vie...

**SUR QUELS PROJETS TRAVAILLEZ-VOUS ?**

Actuellement j'aimerais faire connaître l'Aikido aux jeunes et aux ados, de quoi les ressourcer pour se faire une place digne dans une société qui respecte l'individu. Continuer à pratiquer et à échanger, que ce soit en m'entraînant ou en enseignant reste un projet constant sur ma voie. ❀