

# Interview Jacques Bonemaison Shihan 7<sup>ème</sup> Dan Aikikai CEN FFAB



Jacques BONEMAISON, Shihan, Chargé d'enseignement national, 7<sup>ème</sup> Dan Aikikai a accepté avec beaucoup de gentillesse, et en raison sans doute de son goût pour les conversations, de se prêter au jeu des questions-réponses un dimanche matin. Confortablement installés après un petit déjeuner revigorant, voici les propos que nous avons pu recueillir.

**Pendant les deux stages que tu as animés en Ligue de Provence cette saison, tu as insisté sur l'utilisation des armes en Aïkido sur lesquelles il ne fallait pas se tromper. Peux-tu nous rappeler quel est le sens du travail que tu as proposé, et comment tu perçois les armes dans la pratique particulière de l'Aïkido ?**

En réaction à cette question, il y a une chose très importante que je voudrais dire, je n'ai rien à percevoir de moi-même ». Comme le disait Tamura Senseï , « Quand on aura atteint le niveau de O' Senseï, on pourra peut-être y mettre notre sauce ».

Je pense qu'il y a suffisamment à se nourrir soi-même, en restant modestement sur ce chemin qui est magnifiquement tracé. A moins d'avoir un ego suffisamment monstrueux pour que le chemin ne soit pas assez large pour passer.

Mais, il me semble bien que le travail de base du Budo et de l'Aïkido en particulier, est de réduire l'ego sinon on ne peut pas avancer, on reste coincé à un moment donc je n'ai pas de travail particulier. Si jamais vous voyez un travail spécial Jacques Bonemaison, s'il vous plaît, éliminez-le tout de suite !

**Tu nous as fait travailler dans quelle direction et quelles étaient tes attentes du travail de chacun ?**

Oui, après ce préambule qui me paraît important, et en ce qui concerne les armes, on a l'impression d'être encore dans les années 70 ! « Quelle est la place des armes en Aïkido ? », « Est-ce que c'est l'Aïkido avant les armes ou les armes avant l'Aïkido ? », c'est incroyable parce qu'on a répondu mille fois et on va recommencer.

Il suffit simplement de regarder, par l'intermédiaire de ce que nous disait Senseï sans cesse, que la place des armes en Aïkido est spécifique à l'Aïkido.

Quand on prend un Bokken, on ne va pas faire du Bokken. Pour ça, il y a le Kendo, il y a le Iaï-do. Si on prend le Jo, il y a le Jo-do. Ce sont des cousins, des voisins mais pour nous, ce sont des ustensiles pour affiner et trouver le sens profond du travail qui effectivement est dans la ligne du sabre.

Pourquoi la ligne du sabre ? Parce qu'il n'y a pas cinquante manières de couper ! Si on veut couper proprement, il faut avoir éliminé, avoir fait Misogi. Comme disait Senseï, « Quand on fait Shomen Uchi, l'idée est de couper un papier de soie, si on frappe fort, on le déchire, on ne le coupe pas ». Il y a un énorme travail à faire et on retrouve le même sens avec Shomen Uchi, visuellement on le voit, mais aussi avec Katate dori, c'est pour ça qu'on commençait avec Katate dori pendant les cours avec Senseï.

Il utilisait souvent le terme de Kirite, c'est-à-dire la main qui coupe, ce n'est pas une main qui vient écraser le poignet du partenaire qu'on veut embêter. C'est complètement autre chose.

Et on tient le Bokken de la même manière. C'est aussi pour ça qu'on utilise des Bokken fins, ce n'est pas une lubie de Senseï, parce qu'on a vu des énormes Bokuto ! Mais, de plus en plus les Bokken se sont affinés, et O' Senseï a toujours demandé d'utiliser un Bokken fin quand Senseï était Uchi-Deshi, donc ce n'est pas nouveau ! Sans doute, il nous faut beaucoup de temps pour le retrouver mais c'est ce que O' Senseï demandait parce que le travail est différent.

Ce travail aux armes n'est pas un travail d'armes mais un outil pour mieux ressentir l'Aïkido. Je crois que ce qu'il ne faut pas oublier aussi, c'est que du fait de sa révélation, O' Senseï parlait de son ancien Aïkido et de l'Aïkido, et pour les armes, il disait : « Ma méthode, c'est Shochikubai » c'est le pin, le bambou et le prunier.

Par ces symboles, il renvoie évidemment aux origines culturelles mais surtout il a éliminé définitivement tout travail de Kata aux armes. Il disait « le Kata aux armes c'est la mort ». Senseï disait qu'il pratiquait aux armes « selon son humeur », on est dans le Jyu, dans la liberté totale, donc il n'y avait pas d'enchaînement, de combinaison dans le travail aux armes d'O Senseï, certains l'ont fait mais c'est de leur propre initiative.



# Interview Jacques Bonemaison Shihan 7<sup>ème</sup> Dan Aikikai CEN FFAB



On voyait Senseï prendre le Bokken et nous montrer des choses simples mais profondes. On n'a jamais étudié de grandes combinaisons où on reste superficiel. Ce que j'ai donc voulu faire pendant ce dernier stage, c'est un seul mouvement avec le sabre, pour ne pas se disperser avec l'illusion des enchaînements. C'est à mon avis ce que Senseï nous demandait dans la ligne de O' Senseï. Si on veut faire autre chose, on change le nom, c'est tout !



**En fait tu appréhendes le travail aux armes exactement comme tu appréhendes le travail technique, c'est-à-dire que tu voulais nous faire comprendre cette coupe Shomen. Tu es passé par les armes mais tu es passé aussi par Gyaku-Hammi, par Aï-Hammi, pour faire Shomen et Katadori Menuchi. Ceci pour toujours le même exercice finalement.**

**C'est là qu'on comprend que pour toi, la technique n'est qu'un prétexte, et ce n'est pas la technique pour la technique. Exactement comme le travail aux armes serait juste un prétexte pour une forme de corps et non pour le maniement des armes.**

En effet, déjà, le mot technique est à remettre dans son contexte dans notre société technicienne où voilà presque deux cents ans qu'on est guidé par la technique, il n'y a qu'à voir le résultat ! Ce n'est pas si glorieux que ça ! O' Senseï utilisait le mot Waza. Quand on se met en Zazen par exemple si on pratique le Zen, la position est aussi appelée Waza. Où est la technique technicienne là ? On est juste assis, on ne fait rien mais on l'appelle Waza, c'est parce qu'il y a autre chose qui se vit. A travers ces mouvements du corps, même si on est immobile pour reprendre le mouvement de respiration de la préparation de Senseï, c'est Waza. On n'est pas là pour apprendre une technique. Tant qu'on en sera à apprendre une technique en référence à la self-défense, par exemple à donner des coups de pieds en l'air (alors que Senseï disait que les pieds sont faits pour marcher), si on appréhende l'Aïkido de cette façon-là, on va dans le mur. L'Aïkido est une caisse à outil. Un menuisier ne va pas apprendre le rabot ou le ciseau, il se sert de ses outils et il fait son œuvre.

Que ce soit à mains nues avec un partenaire ou encore aux armes, il s'agit de s'affiner soi-même. Quand on voit un sabre, c'est un travail magnifique : du minerai de fer jusqu'à la lame qui est faite par un vrai maître, il y a une véritable transformation et nous sommes invités à faire cette même transformation soi-même.

En effet, un Bokken par terre tout seul, ce n'est pas dangereux, il devient dangereux entre les mains de quelqu'un qui est dangereux et s'il est devenu dangereux c'est parce qu'il a travaillé avec son corps et la coupe du sabre est la résultante naturel de son affinement propre. Ce n'est pas : « je ne suis pas efficace alors je prends un bout de bois, je tape et je suis efficace », ce n'est pas vrai du tout.

Pour finir, c'est un outil mais en même temps c'est autre chose que je ne veux pas développer maintenant, O' Senseï disait aussi c'est « Kami Waza », qu'on pourrait traduire par technique divine. Je mets des points de suspension...

**Pendant ce deuxième stage, un pratiquant a répondu à une de tes sollicitations en disant qu'il trouvait que le temps entre tes interventions était long, il voulait de la diversité.**

Il voulait peut-être changer de technique toutes les cinq minutes pour varier ! J'aime bien varier les plaisirs mais je n'aime pas varier pour finir par enfin avoir du plaisir. Le plaisir pour moi, c'est la première respiration, j'aime bien être tout le temps dans le plaisir mais quand on approfondit une technique, c'est comme la bonne



nourriture, plus on mâche plus on découvre de la saveur. La mauvaise nourriture, il vaut mieux l'avalier car il n'y a plus de goût très vite ! Mais l'Aïkido c'est la bonne cuisine, il n'y a pas besoin de changer. Si on a besoin de changer c'est peut-être que parce que soi-même on est trop dispersé, il faut certainement commencer par se calmer : on n'est pas obligé de changer tous les deux ans de femme pour découvrir la femme !

# Interview Jacques Bonemaison Shihan 7<sup>ème</sup> Dan Aikikai CEN FFAB



**Tu es CEN, tu es missionné par la fédération pour venir en Provence pour deux saisons, as-tu une consigne technique particulière ?**

Je pense que tout Aikidoka a une mission : il suffit de lire les écrits d'O Senseï, ce n'est pas réservé à ceux qui ont plusieurs décennies. Dès le début nous avons une mission, c'est de transformer nos instincts de guerre, de violence en démarche de paix qui commence par soi-même et la paix est contagieuse, c'est comme le sourire. Ce n'est pas réservé à un petit groupe qui a vieilli en continuant à faire de l'Aïkido... Le professeur a pour mission d'avoir une exigence supérieure pour lui-même de façon à ce que la contagion puisse se faire. C'est comme les membres du comité directeur de la ligue qui ont aussi une mission, ce ne sont pas des administrateurs, pourtant ils font de l'administration mais c'est en tant qu'Aïkidoka, cela donne une autre coloration et une autre valeur pour eux-mêmes, et on voit que ce sont des Aïkidokas qui prennent plaisir à organiser ces deux stages, à être dans ces stages, et cela fait la réussite de ces deux stages fédéraux. Il y a des organisateurs, des spécialistes en logistique, ce n'est pas comparable, ils devraient venir faire de l'Aïkido, ça rendrait leur travail génial.

En tant que CEN, on a une mission : du vivant de Senseï, nous avons été sélectionnés non pas parce que nous étions les meilleurs, il ne faut surtout pas croire ça. Mais c'est un groupe qui se dynamise, qui, malgré les pronostics, continue même sans la présence physique de Senseï et peut-être de manière plus puissante.

Lors du premier stage à Orange, c'était incroyable de sentir l'osmose qu'il y avait entre Fabrice Cast et moi ; ce week-end, même chose avec Luc Bouchareu. J'ai l'impression qu'on se connaît davantage, qu'on fraternise. Il y a une fraternité plus vivement vécue qu'avant. C'est incroyable, le départ de Senseï a laissé un grand vide mais c'est un vide plein de vie. A nous de poursuivre ça.

Pour un côté plus pragmatique, il est vrai que nous avons choisi au niveau fédéral un thème : la relation Tori/Aïte. Pourquoi l'a-t-on choisi ? Tout simplement parce qu'il y a un besoin !

Et s'il y en a besoin, ce n'est pas réservé à un petit groupe, c'est qu'il y en a besoin partout. Quand on pratique avec quelqu'un, quelle relation doit se créer de la part de chacun des deux ? On est un peu dans le même schéma qu'avec le Bokken, on voit beaucoup de pratiquants qui travaillent ensemble mais on voit deux individualités, ça ne circule pas, donc il ne peut pas y avoir d'harmonie ! Il n'y a pas cette finesse de relation donc il n'y a pas de vigilance pour absorber une intention ou autre. La relation Tori/Aïte passe par là inévitablement !

C'est un gros travail et si le message ne va pas jusque dans tous les clubs, nous serons obligés de le mettre à nouveau comme thème fédéral l'année prochaine.

