

CIE HENDRICK VAN DER ZEE

AÏKIDO DU LEFF

Veillée # Châtelaudren (Côtes d'Armor)

Hier soir on est allé au cours d'Aïkido au Kube, à Plouagat. On a rencontré les élèves et le professeur, Patrick. Il nous a présenté sa discipline, dans laquelle il n'y a pas d'affrontement ni même de compétition. Tout se passe dans un échange d'énergie, à mains nues ou avec des armes en bois. On a déjà filmé beaucoup d'arts martiaux et on aime faire des séquences où le mouvement devient un tableau. On a beaucoup filmé de judo par exemple. Mais en Aïkido, il n'y a pas de séquences longues. On ne travaille que des décompositions de mouvements. Jusqu'à les rendre harmonieux. On a l'impression qu'il n'y a pas d'adversaire en Aïkido, plutôt un collègue ou un collaborateur. Un mouvement ne peut être réussi que si les deux parties sont en harmonie, synchrones.

En parlant avec Patrick et en l'écoutant enseigner, on comprend qu'on lutte pour le centre, qu'il y a des mouvements de conquête du centre. Et ça nous rappelle les échecs : toute la lutte initiale, toute l'ouverture comme on dit, n'est qu'une réflexion sur l'influence que l'on développe sur le centre. On en parle à Patrick, qui nous montre avec ses bras à quel point on est dynamiques avec les bras au centre et comment on est empêchés avec les bras ouverts.

Et on pense aussi à la prophylaxie. C'est à dire comment jouer des coups préventifs, qui semblent anodins, mais qui préservent de dangers à moyen ou long terme. En Aïkido, tout est prophylactique. On dirait que c'est son essence même.