

**TITRE : RENCONTRES EN AÏKIDO**



**BIO-EXPRESS :**

Jean François DEPOISSON débute la pratique des Arts Martiaux à la Montagne Sainte Geneviève à Paris Chez Maître Henry PLEE en 1983. Il étudie l'Aïkibudo et l'Aïkido avec M Louis BOILEAU. A partir de 1987 il se consacre uniquement à l'Aïkido. C'est en 1988 qu'il rencontre Maître Gérard BLAIZE et dès 1989 il devient son élève. En 1988, il crée le dojo de Senlis avec un ami Eric DERUBE professeur d'Aïkido à Rennes. Il prendra en charge l'enseignement à partir de 1990.

*www.assetai.com*

**Couramment évoqué par les Artistes et plus particulièrement par les Artistes Martiaux, les rencontres déterminent souvent leurs parcours.**

**ARTICLE :**

**RENCONTRES :**

Je ne déroge pas à cette règle et mes débuts dans la pratique Martial ont été ponctués de nombreuses rencontres lors de stages avec de Grands Experts comme : Maître Alain FLOQUET pour l'Aïkibudo, TAMURA Nobuyoshi Sensei, KANETSUKA Minoru Sensei et Maître André NOQUET pour l'Aïkido.

C'est en 1988 qu'une rencontre décisive se produit pour moi. Avec un ami Aïkidoka Eric DERUBE, nous décidons de participer au stage d'Aïkido dirigé par HIKITSUCHI Michio Sensei. 10<sup>ème</sup> Dan directement reçu du Fondateur de l'Aïkido Ô SENSEI UESHIBA MORIHEI.

Nous sommes donc le jour « J » présent au stage qui se déroule au Raincy. Mais HIKITSUSHI Michio Sensei n'est pas là, problème grave de santé, c'est donc Maître Gérard BLAIZE qui anime le stage.

L'entraînement est différent de ma pratique habituelle. Les règles sont strictes, NE PAS REGARDER, NE PAS ATTENDRE et NE PAS ETRE OUVERT, jeune ceinture noire à l'époque mes convictions sont rapidement mises à l'épreuve et l'ensemble de ma pratique est remis en cause. Toutes les bases doivent être revues.

A la fin des 4 jours de stage, je suis perplexe sur ce travail et cet enseignement. Je reprends mon entraînement quotidien avec enthousiasme et fort de cette expérience, sans encore percevoir que ces 4 jours changeront à jamais ma pratique de l'Aïkido.



*(Maître Gérard BLAIZE et J-F DEPOISSON au dojo d'HIKITSUCHI Sensei).*

### **DEBUT DE L'ENTRAINEMENT :**

Quelque semaine plus tard mon ami et complice m'invite à participer à un cours au Dojo rue des Petits Hôtels à Paris où enseigne Maître Gérard BLAIZE. Le Dojo n'est qu'à 3 stations de métro de mon lieu de travail. L'ambiance est studieuse et me donne l'occasion de retravailler les principes enseignés pendant le stage. Cette manière de s'entraîner commence à faire son travail et me donne envie de poursuivre cette recherche. Puis à la rentrée 1989 je commence à prendre des cours au dojo rue des Petits Hôtels, je double mes heures de pratique grâce aux entraînements de midi. Les six premiers mois d'entraînement furent difficiles aussi bien physiquement que psychologiquement, rien ne passait aucun Irimi Nage ou autre Kote Gaeshi, chaque mouvement m'obligeait à une grande concentration dans leur exécution. Du découragement lorsque les techniques ne fonctionnaient pas, mais aussi de l'euphorie lorsqu'un mouvement était pleinement réalisé.

A la rentrée de 1990 je ne pouvais plus maintenir mon entraînement dans les 2 Dojos Parisien, je décidais de franchir le pas, 100 % au Dojo de Maître Gérard BLAIZE. Entraînement à Paris et cours à Senlis dans l'Oise où j'ai créé un Dojo d'Aïkido deux ans plutôt. Pendant deux années je poursuivais cet entraînement intensif.

Puis en 1992 est l'année de la rencontre avec Sensei HIKITSUCHI Michio deux stages sont organisés à Paris. Je vois mon Professeur avec son Sensei, la vision de ces deux hommes dans la pratique de notre Art me conforte dans mon choix de suivre cette voie. La rigueur dans leur enseignement, l'exactitude des principes mais aussi leur engagement dans la recherche de l'Aïkido sont pour moi les exemples à suivre pour une pratique correcte de l'Aïkido.

En 1994 toujours avec mon complice et ami Éric DERUBE nous partons au Japon pour la première fois au Dojo de Sensei HIKITSUCHI Michio, là où le fondateur de l'Aïkido venait enseigner. Nous sommes à SHINGU dans le Japon profond, dans la province où le fondateur est né. Entraînement matin et soir tous les jours avec la rencontre de pratiquants Japonais de haut niveau mais aussi des Américains, Australiens, Espagnols et également des Français. **Recherche** est le maître mot de notre pratique. Sensei HIKITSUCHI Michio est très vigilant sur notre manière de nous entraîner, il corrige chaque technique qui n'est pas correctement exécutée. Le placement et le respect des trois règles de bases de son enseignement sont expliquées et détaillées :

**NE PAS ÊTRE OUVERT** : Pendant l'accomplissement de la technique, le partenaire ne doit pas avoir la possibilité de donner un Atémi, même toucher du doigt celui qui exécute la technique. Sur le plan corporel, c'est grâce au placement et aux déplacements que ce principe va être appliqué.

**NE PAS REGARDER** : Il ne faut pas regarder les Yeux du partenaire parce qu'ils captent notre esprit. Il ne faut pas regarder le sabre du partenaire parce qu'il prend le Ki de Tori. Il ne faut pas regarder votre partenaire parce qu'il faut aspirer son Ki. Le vrai BU est l'entraînement de l'aspiration, de la force attractive (Inryoku No Tenren) **Maître MORIHEI UESHIBA, 21 septembre 1958.**

**NE PAS ATTENDRE, COMMENCER LE PREMIER** : Si l'on pratique bien les techniques avant l'action de l'adversaire, c'est comme si l'on satisfait le manque de cet adversaire. C'est d'abord vous qui découvrez l'insatisfaction de votre adversaire et c'est vous qui commencez la technique. **Maître MORIHEI UESHIBA Aïkido Shinzui page 98.**

De 1992 à 1999 j'alterne stage avec Sensei HIKITSUCHI et voyage au Japon pour des immersions de plusieurs semaines dans son Dojo. Tout cela sans quitter l'enseignement de mon Professeur Maître Gérard BLAIZE. Sa recherche dans le monde de l'Aïkido est permanente sans jamais faiblir et reste le moteur de mon entraînement.

### **ETUDE ET RECHERCHE EN AÏKIDO.**

Maître Gérard BLAIZE enseigne également Masakatsu Bojutsu (bâton du fondateur de l'Aïkido) dont il a reçu le 5<sup>ème</sup> Dan délivré par Sensei HIKITSUCHI Michio son Professeur. L'étude du bâton est un aspect indispensable à ma recherche et mon entraînement. Je pratique le Bojutsu depuis 1990, mais c'est maintenant après plusieurs décennies que j'en comprend les principes.

Ce qui est fascinant c'est que l'approche du Bojutsu est complètement lié à la pratique de l'Aïkido, principalement dans la construction du schéma corporel de notre discipline.

Toutes ces années à étudier les positions des pieds, des mains, du corps entier dans les déplacements, dans les attaques et dans les Katas forment petit à petit le pratiquant d'Aïkido. Sensei HIKITSUCHI Michio a toujours insisté sur le rapport entre le Bojutsu et l'Aïkido et Maître Gérard BLAIZE ne déroge pas à cette règle et perpétue cette étude dans tous ses stages.

Dans les cours que j'anime au Dojo de Senlis, j'aborde dans chaque cycle d'entraînement la pratique du Bojutsu. Il me permet de construire mon enseignement Depuis mon dernier voyage au Japon en avril 2019 où je suis allée avec mon Professeur pour les 50 ans de la mort de Ô-Sensei, cette manière d'enseigner est devenue une évidence pour moi. Dans chaque cours, je m'efforce d'aborder l'Aïkido sur les bases de cet enseignement. Chaque technique illustre cette recherche et reprend chaque règle si souvent décrite par HIKITSUCHI Michio Sensei et par mon Professeur. La position des pieds, des bras, des mains, de tout le corps, et ne pas être ouvert, ne pas regarder commencer le premier, ne pas attendre. Dans cet entraînement est apparu une règle cachée qui est dévoilée par cette recherche, plus rarement dite, mais malgré tout présente dans chaque technique : **celle de guider le partenaire.**



*Uke David BULLE et président de l'ASSETAÏ*

Guider le partenaire, comprendre cela ouvre la porte sur les explications de Ô-Sensei UESHIBA Morihei et sur sa vision de son Art. Ne faire qu'un avec le partenaire, ne faire qu'un avec ce qui nous entoure être en harmonie. Avec le temps et l'exactitude des mouvements l'Aïkido de Ô-Sensei devient plus claire.

La rencontre de 1988 restera un des moments les plus importants dans ma pratique de l'Aïkido. Je remercie mon professeur Maître Gérard BLAIZE pour son aide infatigable et d'être le guide précieux dans ma recherche.

Jean François DEPOISSON

*Crédit Photo : Pascal BOULLARD*

*Pratiquant : David BULLE*