



COMMENT APPLIQUEZ-VOUS LES TECHNIQUES DANS VOTRE ENSEIGNEMENT ?

C'est un sujet complexe. J'essaie toujours de m'approcher du cœur de la technique, mais en m'arrêtant à une limite précise au-delà de laquelle il pourrait arriver un dommage physique fatal. Par fatal, je n'entends pas la mort, mais il peut s'agir d'une douleur vive, d'une luxation ou d'une fracture. Au dōjō, on va jusqu'à la naissance de la douleur, et cela permet de comprendre qu'en allant plus loin, l'intégrité physique du partenaire sera compromise.

Pour maîtriser une technique, il faut s'approcher le plus possible de la limite, sans essayer de faire mal au partenaire. Sinon, on se retrouve rapidement tout seul sur le tapis (rires). Il faut jouer sur cette limite pour comprendre les sensations de déséquilibre, les situations dans lesquelles le partenaire sera en porte-à-faux et ne pourra pas utiliser sa force, son poids ou son agressivité pour revenir.

COMMENT S'INTÉGRAIT LA PRATIQUE DANS VOTRE QUOTIDIEN D'AGENT DE POLICE ?

La pratique est là pour former le corps et l'esprit. Plus on maîtrise la technique, plus on peut repousser la limite de la violence. Dès qu'on ne contrôle plus, on rentre dans la violence et on devient un animal. La réflexion n'existe plus, et c'est terrible car c'est la réflexion qui nous permet de rester humain.

Le rôle du policier est de protéger les citoyens d'un trouble à l'ordre public. Chaque intervention est différente et la pratique de la self-défense lui permet de minimiser les risques. Lorsqu'il arrive sur une intervention, son rôle est d'analyser et surtout d'apaiser la situation. Si le policier doit user de la force, il le fera avec parcimonie pour immobiliser la personne avec des clés articulaires et pour aboutir au menottage en préservant son intégrité. Le policier n'est pas là pour rendre la justice, c'est la fonction des tribunaux.

C'EST UNE TÂCHE EXTRÊMEMENT DIFFICILE.

J'ai vu dans les médias des situations où certaines techniques, que je n'ai personnellement jamais enseignées, étaient utilisées. Je ne cautionne pas lorsque l'intégrité de l'agresseur est touchée.

Mais il faut se garder de juger car nous ne disposons pas de l'enchaînement précis des faits conduisant à une altération de l'intégrité physique. Surtout au début. On décrit des faits, mais rarement les facteurs explicatifs ayant conduit à la situation médiatisée.

Vivre des situations réelles permet de comprendre que chaque intervention est différente. Essayer de maîtriser une personne qui ne le veut pas est très, très difficile.

CELA DOIT AUSSI PRENDRE DU TEMPS.

Au dōjō, je dis toujours aux débutants que dans les premiers mois de leur pratique, ils apprendront au moins à utiliser les armes naturelles du corps. Après la course pour échapper à un agresseur, coup de poing, gifle, tranchant de la main, coup de genou ou coup de pied sont la deuxième option et peuvent toujours aider dans une situation d'agression.

Les agents hésitent à utiliser ce genre de gestes, il est donc compliqué pour eux de réaliser une technique et de contrôler une personne non complaisante. Il faut du temps, des années.

ON VOIT AUJOURD'HUI BEAUCOUP DE PRATIQUES QUI REPOSENT SUR LA COMPLAISANCE. COMMENT L'ÉVITER ?

Chaque personne monte sur le tatami avec un état d'esprit et des objectifs différents. Beaucoup souhaitent apprendre à se défendre, d'autres souhaitent juste faire de l'exercice physique. Je donne la possibilité aux élèves de pratiquer un sport si c'est ce qu'ils souhaitent, de développer leur condition physique, etc. Et bien sûr de faire plus et de le pratiquer comme un budō s'ils souhaitent s'engager dans cette voie.

AVEZ-VOUS PRATIQUÉ AU JAPON ?

Oui, j'y suis allé avec maître Floquet et Gérard Clérin en 1987 pour visiter les trois écoles qui étaient à l'origine de son enseignement : le Yoseikan de Mochizuki Minoru sensei, le Katori Shintō-ryū de Sugino Yoshio sensei et le Daitō-ryū aikijūjutsu de Takeda Tokimune sensei.

Ce voyage m'a permis d'enrichir ma pratique et mes connaissances. Maître Floquet a voulu que je ressente les techniques traditionnelles du Daitō-ryū et découvre les dōjō de Mochizuki et de Sugino sensei. Chaque maître a sa vision, ses apports. Simplement, en découvrant divers enseignements, maître Floquet a pu mieux comprendre les spécificités de chacun.

Récemment, j'ai eu aussi l'occasion de me rendre à nouveau au Japon pour le 90^e anniversaire du dōjō de Sugino Yoshio. Dōjō qui est actuellement sous la direction de Sugino Yukihiko sensei.

Ce sont des moments inoubliables.

QUELLE EST AUJOURD'HUI L'ORIENTATION DU KATORI SHINTŌ-RYŪ AU SEIN DE L'AIKIBUDŌ ?

Si nous avons commencé sous la direction de Mochizuki Minoru sensei au début des années 1980, nous suivons aujourd'hui l'enseignement de Sugino Yoshio sensei et de son fils Sugino Yukihiko qui poursuit son œuvre depuis son décès en 1998.

« POUR MAÎTRISER UNE TECHNIQUE, IL FAUT S'APPROCHER LE PLUS POSSIBLE DE LA LIMITE, SANS ESSAYER DE FAIRE MAL AU PARTENAIRE. SINON, ON SE RETROUVE RAPIDEMENT TOUT SEUL SUR LE TAPIS »

Paul Patrick Harmant

L'expérience du combat

Les pratiques martiales sont nées pour faire face aux situations de combat. Les fondateurs de nos traditions ont trouvé une audience parce qu'ils apportaient des solutions efficaces pour survivre sur un champ de bataille ou faire face à une agression. Pourtant aujourd'hui rares sont les experts qui ont éprouvé leur art dans la vie réelle. Paul Patrick Harmant est l'un de ceux-ci. Fonctionnaire de police en retraite, cet expert d'Aikibudō et Katori Shintō-ryū partage avec nous son cheminement et les leçons qu'il a tirées d'une vie de pratique.

COMMENT AVEZ-VOUS DÉBUTÉ LA PRATIQUE DES ARTS MARTIAUX ?

Je désirais apprendre à me défendre, et mon père m'a dirigé vers ce qui s'appelait à l'époque l'Aikidō Yoseikan. Nous habitons en Lorraine, et le cours à Jœuf était dirigé par un enseignant muté de Paris, monsieur Lilian Poletti qui avait été formé par maître Alain Floquet. Ça m'a plu, et avec mon père Paul Harmant, nous nous sommes inscrits aux cours. Mon jeune frère Daniel nous a ensuite rejoints.

QUEL TYPE DE PRATIQUE AVEZ-VOUS DÉCOUVERT ?

Nous étions une trentaine dans le dōjō. Les entraînements étaient particuliers car notre professeur était policier et parfois il nous faisait travailler des variations techniques qu'il utilisait dans son métier. Cela nous permettait d'une certaine façon de nous approcher de la réalité. Grâce à lui, j'ai commencé à développer une vision pragmatique, que j'ai retrouvée chez maître Floquet, qui était également fonctionnaire de police. Par la suite, je suis aussi entré dans la police nationale, donc la recherche d'une forme de réalisme est restée importante dans ma pratique.

AVEZ-VOUS REÇU UNE FORMATION SPÉCIFIQUE DANS LA POLICE ?

Quand je suis entré dans la police, la formation incluait quatre heures de self-défense par semaine pour apprendre à gérer des situations de base. À l'époque, la police nationale s'appuyait sur la méthode self-défense de Marcel Avril. Nous en ressortions sanctionnés par une évaluation permettant d'assurer un certain niveau. Au fil des années, je me suis perfectionné auprès de maître Floquet et j'ai pu introduire des techniques d'Aikibudō auprès de mes collègues. Je ne précisais pas forcément que c'était de l'Aikibudō, c'était enseigné comme une méthode de self-défense.



Maître Mochizuki Minoru travaillait beaucoup le contact, il avait une pratique plus puissante, même s'il y avait évidemment de la finesse. Il y avait une grande recherche de réalisme. Maître Sugino Yoshio, quant à lui, cherchait plus à garder les distances, insistait beaucoup sur les fondamentaux des kata. Mais si on souhaite les utiliser en pratique, il n'y a qu'un pas à faire.

Il y avait une différence de recherche et de personnalité entre les deux enseignants. Sugino Yoshio sensei souhaitait préserver un enseignement traditionnel, tandis que Mochizuki Minoru sensei avait une recherche de réalisme et de lien entre tous les arts qu'il pratiquait. Si aujourd'hui personne ne sort avec un sabre, son étude permet, lors de l'application des techniques à mains nues, de mettre l'accent sur des points cruciaux.

Avec mon ami Jean Cavarelli, nous avons beaucoup travaillé avec maître Hatakeyama Goro sensei qui était menkyo kaiden de l'école Katori. Nous avons eu le plaisir de le recevoir à de nombreuses reprises à Strasbourg et de faire profiter nos élèves de son savoir. Il nous a beaucoup donné, sans compter et avec une bienveillance naturelle envers toutes et tous.

QUEL EST L'INTÉRÊT DU TRAVAIL AUX ARMES ?

Le travail aux armes est un parallèle au travail à mains nues, seule la distance change. Lorsque je suis en garde, mon intention est entièrement dirigée vers le centre de mon partenaire. Si je contrôle son attaque, mon intention reste également sur lui, et pas sur l'attaque que je viens de canaliser. En ce sens, on ne se défend jamais réellement car on reste toujours attaquant.

Il y a une différence entre canaliser et subir, et cela est très clair aux armes. En Aikibudō, on garde toujours un esprit offensif, même lorsque l'on est attaqué : on avance un peu, on casse la distance pour reprendre le centre et contrôler l'action.

COMMENT SE PASSAIT L'ENSEIGNEMENT DANS LE DŌJŌ DE MOCHIZUKI SENSEI ?

Venant de l'Aikibudō, cela m'a paru très familier. Les techniques et l'état d'esprit étaient similaires. En revanche, c'était assez rude, très direct et le contact était beaucoup plus puissant.

Maître Floquet a fait évoluer la pratique de Mochizuki Minoru sensei en des mouvements plus souples. Là encore, les fondements et les objectifs similaires sont nuancés par les personnalités et les parcours des experts.

ET CHEZ TAKEDA TOKIMUNE SENSEI ?

C'était très proche également, mais encore plus direct et contraignant. Il y a un patrimoine commun, donc il n'y a pas de différences majeures.

Takeda Tokimune sensei était exigeant dans la pratique. Quand j'ai eu l'occasion de travailler avec lui, j'ai d'abord été attentif au niveau de mon engagement car il avait déjà plus de soixante-dix ans. Mais il n'a pas accepté cette réserve de ma part et il m'a fait comprendre que même s'il avait un âge avancé, il fallait respecter la pratique et que nous étions sur le tatami pour travailler pleinement la technique.

COMMENT ÉTAIT-IL PHYSIQUEMENT ?

Takeda Tokimune sensei était encore très tonique et avait un physique impressionnant. Il était un peu plus petit que moi, mais très puissant avec des poignets très imposants. Il renforçait son corps tous les matins très tôt. Quand il vous saisissait, c'était fini, impossible de sortir de sa tenaille.

Il pratiquait les bases et les éducatifs avec intensité. Les bases sont essentielles car ce sont elles qui permettent de progresser et de construire sur des fondements solides. C'est comme ça qu'on renforce le corps, la posture.

SOUVENT, LES MÉTHODES POLICIÈRES DIFFÈRENT DES MÉTHODES CIVILES PAR LE TEMPS ALLOUÉ, MAIS ÉGALEMENT LES CONTRAINTES D'UTILISATION. AVEZ-VOUS ADAPTÉ LE CONTENU DE L'AIKIBUDŌ À CES CONTRAINTES SPÉCIFIQUES ?

Oui, j'ai adapté les techniques à notre façon de travailler, mais aussi au fait que mes collègues n'avaient pas la même expérience que moi. Je ne pouvais pas enseigner l'Aikibudō comme je l'avais appris, mais j'essayais de transmettre des gestes pour pouvoir se protéger rapidement. Nous avons très peu de temps pour former les agents et les rendre fonctionnels. À l'époque, la formation à l'école de police durait cinq mois et le programme de self-défense était de quatre heures par semaine. À la sortie de l'école, j'ai été affecté à Strasbourg où j'ai travaillé plusieurs années au sein du service de police secours. Je me suis par la suite orienté vers la formation. C'est à ce moment-là que j'ai pu commencer à transmettre des gestes et réflexes de base venant de l'Aikibudō. De tous les collègues, les amis, les élèves qui ont pu utiliser ces gestes, certains ont eu l'amabilité de me remercier et c'est l'une des grandes satisfactions que l'on peut recevoir.

Progressivement, des formations spécifiques ont vu le jour au sein de la police (gestes et techniques professionnels) pour approcher une ou plusieurs personnes potentiellement dangereuses et permettre d'apaiser une situation potentiellement conflictuelle. Ce n'est pas juste un travail technique, mais une gestion globale pour analyser une situation (attitude, gestion de la distance, gestion de l'environnement, etc.). Ce sont des éléments qui sont à la base de la pratique martiale. Nous avons aussi l'occasion d'étudier des possibilités techniques avec armes : tonfa, bâton télescopique ou bâton de défense.

VOUS PRATIQUEZ AVEC LE TONFA ?

J'ai été formé au tonfa quand cet outil a équipé les forces de police dans les années 80.

Nous avons besoin d'un outil pour nous protéger. Nous utilisons déjà le bâton de défense, mais le tonfa permettait de mieux se protéger des coups, c'est un outil plus polyvalent et il a rapidement remplacé le bâton de défense. Le bâton télescopique a été ensuite introduit en renfort car le tonfa est une arme encombrante.

DANS QUEL CADRE SONT UTILISÉS CES OUTILS ?

Le tonfa et le bâton télescopique ont été incorporés pour permettre de maintenir la distance, pour que le fonctionnaire de police puisse entrer dans une phase de discussion, de désescalade, et permettre à la personne en face de réfléchir à la situation et aux conséquences potentiellement fâcheuses d'une réaction agressive.

Ces outils créent une distance physique, et donc temporelle. La présence de l'arme force à réfléchir, à marquer une pause, et soutient le rôle premier du policier qui est de faire cesser une agression, de dire « stop », et non pas de frapper. Bien sûr, si la situation dégénère, il faut pouvoir préserver son intégrité physique. Dans ce sens, le tonfa et le bâton télescopique sont des armes intermédiaires par rapport à l'arme de service, qui elle risque d'être fatale ou de créer des dommages irréversibles.



COMMENT AVEZ-VOUS RENCONTRÉ MAÎTRE FLOQUET ?

Quelques années après mes débuts, nous étions un petit groupe d'anciens à nous présenter à Paris pour l'examen du premier dan. C'était en 1977, et c'est là que je l'ai rencontré pour la première fois. Auparavant, nous en avions entendu parler par notre professeur. C'est à partir de ce moment-là que j'ai eu la flamme. J'allais régulièrement à Paris pour pratiquer avec lui, et il m'a fait comprendre la nature martiale de l'Aikibudō et ses spécificités. Aujourd'hui je continue à l'accompagner en stage dès que j'en ai l'occasion. J'ai toujours beaucoup à apprendre auprès de lui et plus les années passent, plus je découvre de nouvelles sensations et je constate que le chemin est encore long. C'est cette recherche, cette richesse qui nous motive à ne jamais rebrousser chemin.

LA PRATIQUE AVEC MAÎTRE FLOQUET ÉTAIT-ELLE DIFFÉRENTE DE CE QUE VOUS AVIEZ VU AVANT ?

Il a toujours eu une conception de la pratique liée à la réalité, conception transmise par ses professeurs. En tant qu'ancien policier, je garde aussi cet esprit de pragmatisme, pour travailler au plus près de la réalité. Mais il faut bien être conscient que la réalité sera toujours différente de l'entraînement.

Au final, le fond de la technique doit rester inchangé, mais la mentalité sera amenée à évoluer et cela en influencera plus tard la pratique.

Il n'y pas de techniques secrètes, ce sont les fondamentaux qui, maîtrisés, permettent au corps de s'exprimer et d'agir le moment venu.

LA PRATIQUE PUISSANTE EST-ELLE NÉCESSAIRE ?

Dans mon enseignement, je fais référence à deux forces, la force musculaire et la force du corps. C'est la deuxième que je vais privilégier. L'attitude de la garde et le placement du bassin vont jouer un rôle essentiel et permettra aussi au corps de garder un potentiel de disponibilité. Lors d'une attaque, tant que le contact n'est pas établi, vous ne connaissez pas la force, la puissance, la brutalité de l'adversaire. C'est pourquoi l'attitude (shisei) du corps est impérative afin de minimiser les inconnues.

Il y a un parcours à respecter, on ne devient pas grand-père en venant au monde. On apprend à découvrir notre corps, nos gestes tout au long de notre vie. De temps en temps, j'encourage les élèves à utiliser la force musculaire pour qu'ils découvrent par eux-mêmes où se situe la limite de leur puissance qui les mettra en difficulté dans la technique.

Je fais souvent référence aux métiers, un apprenti va utiliser ses bras, son dos. Avec le temps, Il va comprendre qu'il ne pourra pas tenir dans la durée, alors il va chercher à positionner son corps pour économiser son énergie, son intégrité.



En tant qu'enseignant, je ne peux pas tout transmettre, il faut que les élèves découvrent par eux-mêmes. Il y a des étapes à franchir. Ce cheminement peut prendre des années.

DONNEZ-VOUS BEAUCOUP D'EXPLICATIONS LORSQUE VOUS ENSEIGNEZ ?

Je peux expliquer les techniques en détail, mais ça ne signifie pas que les élèves seront capables de les restituer.

Il est possible de donner un cours magistral, mais il y a une différence entre comprendre et savoir appliquer. Pour cela, il faut du temps et de la pratique.

C'est valable dans tous les domaines. Je suis bricoleur et j'ai un ami qui m'avait demandé de l'aide pour faire un crépi. Je lui montre comment faire et il me dit : « Ah ! Ce n'est pas compliqué ! » Je lui ai répondu : « D'accord, alors je te laisse finir. » Deux jours plus tard, il me rappelle en me disant qu'il y avait plus de ciment par terre que sur le mur (rires). Regarder ne remplace pas la pratique.

Il faut aussi savoir se remettre en question pour progresser. Car on peut avancer sans aller dans la bonne direction.

AVANT DE DÉBUTER LES ARTS MARTIAUX, VOUS AVEZ PRATIQUÉ LA GYMNASTIQUE. CELA VOUS A-T-IL AIDÉ DANS LES ARTS MARTIAUX ?

J'ai pratiqué les agrès de 8 à 17 ans. Cela m'a permis de développer mon corps et sa maîtrise dans l'espace. Les réceptions en Aikibudō ont donc été plus faciles pour moi car j'avais déjà des capacités. Mais certaines de mes capacités pouvaient présenter des difficultés. Quand j'ai rencontré maître Floquet, je suis venu avec les caractéristiques d'un gymnaste. J'ai découvert que même si j'étais fort et que je pouvais tenir les équilibres, ma force ne me permettait pas de contraindre ses mouvements. Il arrivait toujours à me contrer facilement. J'ai compris que plus je mettais de force et plus c'était facile pour lui (rires).

L'aiki a été pensé par les anciens pour fonctionner quelle que soit la force de la personne en face.

QUELS CHANGEMENTS AVEZ-VOUS PERÇU DEPUIS VOS DÉBUTS ?

Aujourd'hui, les pratiquants veulent avoir des résultats tout de suite et être capables de faire immédiatement ce que les anciens sont capables de faire après des décennies de pratique. S'ils voient qu'ils ne peuvent pas le reproduire aujourd'hui, ils peuvent fuir la difficulté et aller voir ailleurs, plutôt que de persévérer.

Cette recherche d'efficacité encourage les personnes à se tourner vers des pratiques qui leur paraissent donner des résultats immédiats – mais c'est un leurre car dans ces pratiques aussi, pour devenir réellement efficace, il faut des années.

POUVEZ-VOUS NOUS PARLER DE LA NOTION DE KAESHI WAZA EN AIKIBUDŌ ?

Si vous avez une rivière bloquée et que l'eau ne peut plus circuler, elle trouvera alors un autre chemin. La nature fait cela en permanence. Ce que nous essayons de faire dans les arts martiaux n'est pas différent de ce qui existe dans la nature de ce point de vue.

L'ura no kata (hyori no kata en Aikidō Yoseikan) est typique de ce travail. C'est un kata de contres. Si les techniques sont amenées au bout, il est difficile de les contrer. Il s'agit donc de créer un jeu dans lequel le partenaire ouvrira une porte afin de laisser une échappatoire, un endroit où le mouvement n'est plus maîtrisé, et cette sensation lui donnera la possibilité de retourner la situation.

VOUS ENSEIGNEZ EN RUSSIE. L'ENSEIGNEMENT Y EST-IL DIFFÉRENT ?

Maître Floquet m'a demandé d'aller à la rencontre des pratiquants russes pour les aider à développer l'école Aikibudō.

Chaque pays a un contexte social différent lié à son histoire, sa culture, son économie, son régime politique. À mes débuts en Russie, l'environnement social était rude. Cela se ressentait lors des entraînements. La pratique était basée sur l'efficacité. Au fur et à mesure des années, la société s'est transformée. Le tatami est devenu un lieu de rencontre, de recherche et de construction personnelle tout en gardant le pragmatisme que le maître a mis dans son art.

AVEZ-VOUS ÉTÉ TESTÉ ?

Il est arrivé qu'on essaie de me mettre en porte-à-faux. Ce n'était pas fait avec un mauvais esprit, ils voulaient tout simplement vérifier que ce que je montrais fonctionnait. Une fois convaincu que la force n'est pas la seule solution, il devient plus facile pour tout le monde de travailler.

Malheureusement, cela peut amener à des accidents. Quand une technique est réalisée rapidement, le partenaire n'a pas toujours le temps de se protéger. Bien sûr, nous ne sommes pas là pour blesser les élèves. Ce n'est pas l'esprit de notre école. La nature aussi m'a testé, j'ai eu un accident et la pratique m'a permis de récupérer (rires).

LES SUTEMI DE L'AIKIBUDŌ SONT ÉGALEMENT DES TECHNIQUES POTENTIELLEMENT DANGEREUSES.

Oui. Parfois il m'est demandé si je peux les réaliser un peu plus vite, mais je ne veux pas parce que si je vais plus vite, la contrainte, la réception, risque d'être douloureuse. Tout le monde n'a pas la capacité de réagir suffisamment rapidement face à ce genre de technique. Pour moi, ça a toujours été facile grâce à mon passé de gymnaste, mais ce n'est pas le cas de tout le monde.

Il faut savoir agir rapidement au départ pour ne pas perdre de vue la martialité, mais aussi savoir freiner son impulsion pour protéger son partenaire et s'adapter à ses capacités. Dès l'attaque, on doit pouvoir percevoir le potentiel de la personne qui nous fait face. Est-elle engagée ? Réservée ? Montre-t-elle une volonté et une capacité d'autoprotection ? Il faut le ressentir correctement pour réaliser sa technique de façon adaptée.



LE TRAVAIL D'UKE EST COMPLEXE.

Dans notre pratique, il y a deux parties. Celle de celui qui exécute la technique (seme), mais aussi celle de celui qui la reçoit (uke). Pour uke, il ne s'agit pas seulement de savoir appliquer des techniques, mais également de savoir réagir à une action réalisée contre lui, s'en protéger tout en préservant son partenaire.

COMMENT DÉFINIRIEZ-VOUS UN BUDŌKA ?

Mochizuki Minoru sensei disait : « Les arts martiaux ne m'appartiennent pas. » Nous recevons un patrimoine, et le vrai budōka est celui qui enseigne et transmet à son tour. C'est ce que je m'efforce de faire depuis plusieurs décennies.

Depuis l'obtention de mon premier dan, avec mon père, mon frère, Jean Cavarelli et plusieurs de nos amis, nous avons ouvert des clubs en Lorraine (Homécourt, Auboué, Mont-Saint-Martin, etc.) et en Alsace (Strasbourg, Lingolsheim, Haguenau). Nous y avons formé de très nombreux yūdansa dont certains ont à leur tour repris le flambeau de l'enseignement et de la continuité de la pratique.

J'ai toujours eu le plaisir d'enseigner et de transmettre mes connaissances. Regarder les élèves se transformer et acquérir un patrimoine hérité par nos maîtres est la plus grande des récompenses.