

ALAIN FLOQUET



pensées
en mouvement



Aikibudo & Budo
Le Cœur doit être la porte de l'Esprit

合気武道

Alain Floquet

*Pensées
en
mouvement*

Recueillies par André Patrick Cannas (Montréal)

Puis organisées par
Daniel Bensimhon (Paris)
André Tellier (Haute-Normandie)
Christophe Gobbé (Haute-Savoie)

BUDO ÉDITIONS
77123 Noisy-sur-École, France

Illustration de couverture : Honda Tadakatsu (1548-1610)
Généralissime et proche parent d'Ieyasu Tokugawa. Il fut
l'un de ses guerriers les plus fidèles et les plus prestigieux.
Il est un des Shitennô, les « *Quatre grands guerriers* » d'Ieyasu.
Collection de l'auteur ®AF.

© 2006 Budo Éditions, pour la traduction française.
Tous droits réservés.

© 2019 Budo Éditions, pour la nouvelle édition.

Directeur de collection : Thierry Plée – *Texte* : Alain Floquet – *Mise en page* :
Christophe Gobbé – *Correcteurs* : Sébastien Catalano, Christophe Gobbé,
Marie-José Mallet, Guillaume Suard – *Réviseurs* : Josette Lanteigne, Claude
Gagnon, Pascal Olivier – *Imprimeur* : Book Partners China, Ltd.

1-2000-LAB/NRI-04/06– 2-1200-BPC-02/19

« Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque. » (Art. L. 122-4 du Code de la Propriété intellectuelle)
Aux termes de l'article L. 122-5, seules « les copies strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, sous réserve que soient indiqués clairement le nom de l'auteur et la source, les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, sont autorisées.
La diffusion sur Internet, gratuite ou payante, sans le consentement de l'auteur est de ce fait interdite.

Édition papier ISBN 978-2-84617-417-6

À la mémoire...

De mes chers parents sans qui je ne serais.

*De mes chers maîtres dont la présence
et le soutien m'ont accompagné
tout au long de ma quête martiale.*

Cet ouvrage est un travail collectif réalisé sous l'égide du CERA.

Le CERA est le Centre d'Étude et de Recherche en Aiki (aiki-ken-kyû-kai). Il a été créé en 1974 pour préserver le patrimoine l'Aïkido-Jûjutsu de Maître Mochizuki Minoru, puis toute l'originalité et le contenu de l'art d'Alain Floquet, ses spécificités et sa richesse technique, humaine et spirituelle.

Remerciements

C'est de tout cœur que je remercie vivement :

Mon épouse et mes enfants qui supportent depuis tant d'années et avec beaucoup de patience cette vie consacrée au Budô et tournée vers les autres.

Christophe Gobbé, tout particulièrement pour son conséquent travail de mise en page et de correction et Guillaume Suard pour la création et la réalisation de la maquette de couverture.

Féodor Tamarsky, le peintre karatéka, pour sa délicate attention et ses superbes peintures.

Les membres du comité de relecture, Marie-José Mallet, André Tellier, Daniel Bensimhon, Mithridad Pourmir, Josette Lanteigne, Claude Gagnon, Céline Peker et tous ceux et celles, correcteurs ou photographes, qui ont participé à l'élaboration de ce modeste ouvrage.

A. Floquet



1959, démonstration à Télé dimanche, émission animée par Roger Couderc.
 À la droite de R. Couderc: Jim Alcheik, puis R. Régnier. À la gauche de R. Couderc:
 Sugiyama Shoji, J. Bardel, Ch. Sebban, C. Galais, et juste derrière: Tam Mitho.
 Devant et à genoux de gauche à droite: R. Elgui, Mlle Peugeot, Raymond Cocâtre.
 Sous R. Couderc: Alain Floquet, et à sa droite: Jean Mistigri. Au premier plan, à genoux,
 de gauche à droite: Claude Hamot et Murakami Tetsugi.

Sommaire

Préface	11
Un destin français	14
Avant-propos	19
Introduction	22
Budô et Aïkibudô	27
Les bases	33
Kata	41
Shisei	47
Le mouvement	51
Mémoires	55
La voie	79
Vagabondage poétique	85
Entretien avec S. Mairet	95
Lexique	112



PRÉFACE

L'auteur, Alain Floquet, a débuté l'enseignement de l'Aïkidô-Yôseikan au club Parmentier, en qualité d'assistant moniteur, sous l'égide du professeur Jim Alcheik, dès 1959.

Outre l'Aïkibudô, il est également 8^e *dan* de l'école d'armes Katori Shintô-ryû du Sugino Hombu Dojo, France Shibuchô de feu le *Soke* Takeda Tokimuné pour le Daïtô-ryû, Yudansha de kendo, de karaté et de judo.

Professeur diplômé d'État, il est l'un des rares non-Japonais à avoir recueilli un tel héritage culturel et historique du patrimoine martial japonais, culture qui est à n'en pas douter l'une des sources de son inspiration.

Maître Alain Floquet, entouré de ses élèves, a créé en 1974 le CERA (Cercle d'Étude et de Recherche de l'Aïkibudô), afin de préserver l'originalité de ses sources et la pérennité de cet Art.

Les contacts constants qu'Alain Floquet a entretenus avec feu Maître Mochizuki Minoru pour l'Aïkidô-Jûjutsu et le Katori Shintô-ryû du Yôseikan, avec feu Maître Sugino Yoshio pour le Katori Shintô-ryû traditionnel et feu le *Soke* Maître Takeda Tokimune pour le Daitô-ryû Aiki-Jûjutsu originel, lui ont permis de concilier la tradition et l'évolution de son art, l'Aïkibudô.

Disciple depuis 30 ans d'Alain Floquet, je suis l'un des témoins de la grandeur d'âme et de la puissance évocatrice de celui-ci, qui a su nous enseigner *la voie du juste milieu* entre la « violence » qui est inefficace et la « pratique éthérée » qui l'est tout autant.

PENSÉES en MOUVEMENT sera pour le lecteur un véritable plaisir, une promenade, une liberté de la pensée dans laquelle l'auteur nous guide et nous permet de toucher du doigt son œuvre, l'Aïkibudô, d'approfondir les fondamentaux de son Art et de comprendre que « l'Aïkibudô est un dessin dans l'espace et le temps. » Tant les écrits que les gravures et photos poussent à la

réflexion du lecteur sur la puissance des arts martiaux japonais et particulièrement l'Aïkibudô.
Je remercie très chaleureusement mon ami Alain Floquet de m'avoir permis de poser ces quelques mots en guise d'introduction à ce bel ouvrage.

Marc Bensimhon,
Président du CERA,
janvier 2006.

UN DESTIN FRANÇAIS

Il restera dans l'Histoire du Budô japonais, à l'instar de ses illustres maîtres, pour avoir créé un art qui concilie tradition et évolution. Avec l'Aïkibudô, Maître Alain Floquet a montré que le Budô était entré dans une nouvelle phase où les grands maîtres n'étaient pas nécessairement nés au Japon...

Quel accomplissement pour cet homme, en plus d'un demi-siècle de pratique incessante et quelle récompense pour ses maîtres. Pensez: l'élève de Sugino Yoshio, Mochizuki Minoru et Takeda Tokimune, figures centrales dans l'histoire du Budô du XX^e siècle, se projetant dans un art, l'Aïkibudô, qui prolonge leur recherche en la renouvelant!

La fondation d'une discipline aussi profonde et sophistiquée que l'Aïkibudô est un fait particulièrement rare dans les annales des arts martiaux en France. Alain Floquet a eu accès aux sources

les plus pures de la tradition du Budô. Avec les grands maîtres Mochizuki Minoru et Sugino Yoshio, proches de Kano Jigoro et envoyés par lui étudier l'Aïki-Jûjutsu de l'école Daïto auprès du futur fondateur de l'Aïkidô, Ueshiba Morihei Sensei, il a reçu un trésor technique accompagné de l'affection que des maîtres de cette dimension peuvent porter à un disciple authentique. Avec Takeda Tokimune, Alain Floquet a pu approfondir l'histoire, l'esprit et l'organisation technique de l'Aïki-Jûjutsu de l'école Daïto.

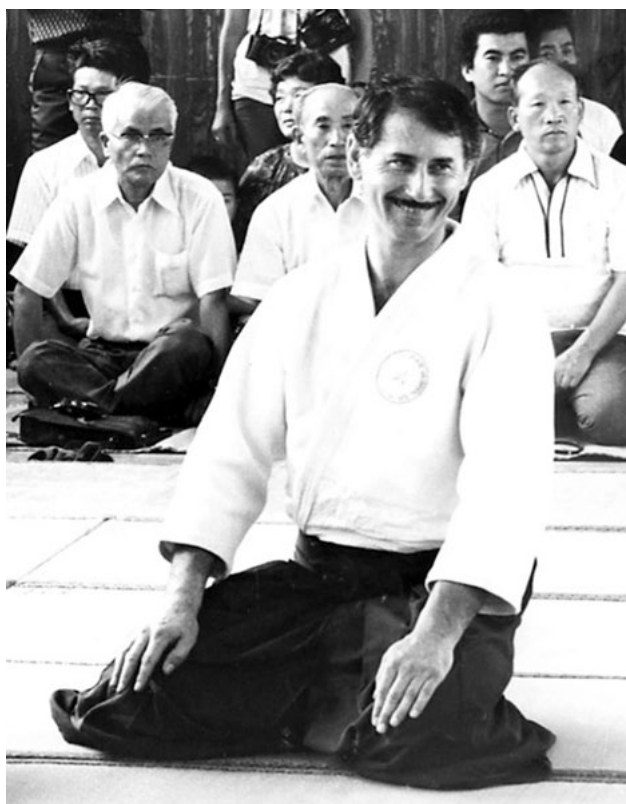
On ne saurait cependant limiter l'Aïkibudô à une synthèse, même réussie, de ces disciplines. La fondation de l'Aïkibudô avère son génie des arts martiaux : un art global, conjuguant les katas de la fameuse école Katori Shintô-ryû avec les techniques de l'Aïki codifiées par Alain Floquet dans une perspective méthodologique évolutive s'appuyant sur la philosophie, l'histoire et l'éthique du Budô. Chez Alain Floquet comme chez ses glorieux aînés, le *kokoro* est une qualité qui transcende toutes les autres : « Si le cœur est bon », écrit-il, « le Budô sera bon ». « Si le cœur est mauvais, le Budô sera mauvais ». L'histoire du XX^e siècle nous enseigne qu'il ne s'était pas trompé...

Une note plus personnelle à présent : Alain Floquet est une figure tutélaire c'est-à-dire un être

en mesure d'extérioriser la dimension de l'Aïki, qui signifie unité et amour. Il l'a témoigné à ses élèves et à moi-même à plusieurs reprises. C'est également une des raisons de la joie simple et naturelle qui règne toujours en sa présence. Maître Alain Floquet n'a jamais hésité à s'engager personnellement pour défendre ces valeurs d'amour et de justice, piliers de la tradition véridique des arts martiaux. Est-ce un hasard, dans ces conditions, qu'il soit parvenu à initier une science nouvelle en matière de criminalistique ?

Ses élèves me font un cadeau magnifique en me demandant de lui rédiger cette préface. Aussi m'en voudrais-je de conclure sans mentionner le soutien sans faille de son épouse au cours de ces longues années de genèse de l'Aïkibudô. Il me semble qu'Alain Floquet sera heureux que je l'évoque... Alors, puisque le poète a toujours raison, laissons à Louis Aragon le dernier mot : « Que serais-je sans toi qui vins à ma rencontre ! »

Serge Mairet,
Professeur d'arts internes chinois,
Écrivain et poète.



*Les yeux sont les fenêtres du cœur
Dojo du Daitô-ryû Aiki-Jûjutsu d'Aizu Bange – 1982*



Montréal, le 23 novembre 1999

Cher Monsieur Floquet,

Pour faire suite à une conversation que nous avons eu, et à l'approche de votre anniversaire de naissance, j'ai pris la liberté de réunir certains de vos pensées, glanées au fil des ans, et de vous les offrir sous la forme d'un modeste recueil de fabrication on ne peut plus artisanale.

J'espère qu'il pourra vous être d'une quelconque utilité. Je tiens à préciser que vous avez entre les mains le seul exemplaire qui existe.

J'y joins tous mes vœux de bonne santé et mes sentiments les plus amicaux.



André

André-Patrick Cannas
Aikibudô Montréal,
23 novembre 1999

AVANT-PROPOS

Les pensées qui suivent recouvrent les trois dernières décennies. La plupart ont été exposées oralement par Maître Alain Floquet dans le cadre de stages ou de rencontres. D'autres sont des textes écrits issus d'échanges ou d'articles. Dans un souci de cohérence, l'ensemble a été organisé autour de thèmes de telle sorte que le style peut parfois varier sensiblement d'une « pensée » à une autre, mais nous avons fait le choix de limiter les modifications pour que ces réflexions apparaissent au lecteur à l'état brut, telles qu'elles ont pu être dites ou écrites.

Si ce recueil est davantage destiné aux pratiquants de l'Aïkibudô, nous avons néanmoins tenté d'en traduire les termes japonais dans la forme la plus usitée, afin de rendre cet ouvrage accessible à tous. La traduction reste parfois approximative, elle permet cependant d'attirer l'attention du lecteur non averti et de l'initier par la parole en attendant, peut-être, la pratique.

Il ne s'agit donc ni d'un manuel technique, ni d'un ouvrage exhaustif sur l'Aïkibudô, ni même de l'expression de l'expérience de l'auteur, qui dépasse largement ce cadre. Ce recueil tente plutôt, à la façon d'un peintre pointilliste, par petites touches multiples, de proposer une vue d'ensemble de l'Aïkibudô actuel et du parcours de son fondateur.

Réunies par André-Patrick Cannas puis organisées par Daniel Bensimhon, André Tellier et Christophe Gobbé, ces pensées nous offrent l'opportunité d'entrer dans le monde de l'Aïkibudô. En filigrane, on y retrouve les principes fondamentaux des arts martiaux en général, et de l'Aïkibudô en particulier: les bases, le *kata*, l'esprit, l'attitude, le mouvement.

Par conséquent, certaines de ces pensées peuvent apparaître comme déjà connues ou entendues d'autres maîtres ou en d'autres disciplines. Cela est inévitable compte tenu du fait que des expériences humaines proches, même espacées dans le temps, sont de nature à produire les mêmes constats et les mêmes réflexions.

Enfin, ces pensées sont dites « en mouvement » car elles fusent de toutes parts, elles sont mises en scène, elles vivent, elles bougent et vont, en quelque sorte, s'introduire dans l'esprit des lecteurs

en y générant une réflexion, voire en déclenchant une gestualité; elles sont destinées à être lues, entendues, partagées, discutées et assimilées.

Chacun pourra donc se reconnaître dans ces « Pensées en Mouvement » qui guident quotidiennement les pratiquants de tout Budô, pour peu que celui-ci soit sincère et authentique.

**Daniel Bensimhon, Marie-José Mallet,
Mithridad Pourmir,**
mars 2006.