

## Christian TISSIER

7<sup>e</sup> dan d'Aïkido



### Quelques dates

**1951** : Naissance de Christian Tissier

**1969** : 2<sup>e</sup> dan d'Aïkido, élève de maître Nakazono, il part étudier à l'Aïkikai de Tokyo.

**1971** : Il est nommé 3<sup>e</sup> dan par Doshu Kisshomaru Ueshiba.

**1976** : Il revient en France avec le grade de 4<sup>e</sup> dan.

**1980** : Il obtient son 5<sup>e</sup> dan Aïkikai et devient directeur technique de la FFAAA.

**1986** : L'Aïkikai lui décerne le 6<sup>e</sup> dan. C'est le premier Français à obtenir un tel honneur.

**1996** : Christian Tissier est nommé 7<sup>e</sup> dan.



Son maître

**Doshu  
Kisshomaru  
Ueshiba**

Né en 1921 à Ayabe, Kisshomaru fut le 3<sup>e</sup> fils

de Morihei Ueshiba et le seul à avoir survécu. Il étudia auprès de son père et devint le directeur du Kobukan Dojo en 1942. Après la guerre, il assura la direction de l'Aïkikai. On lui doit la standardisation des techniques de l'Aïkido et sa popularisation dans le monde entier, grâce à l'envoi d'instructeurs à l'étranger. Avant de mourir en janvier dernier, il a désigné son fils Moriteru comme son successeur.

en

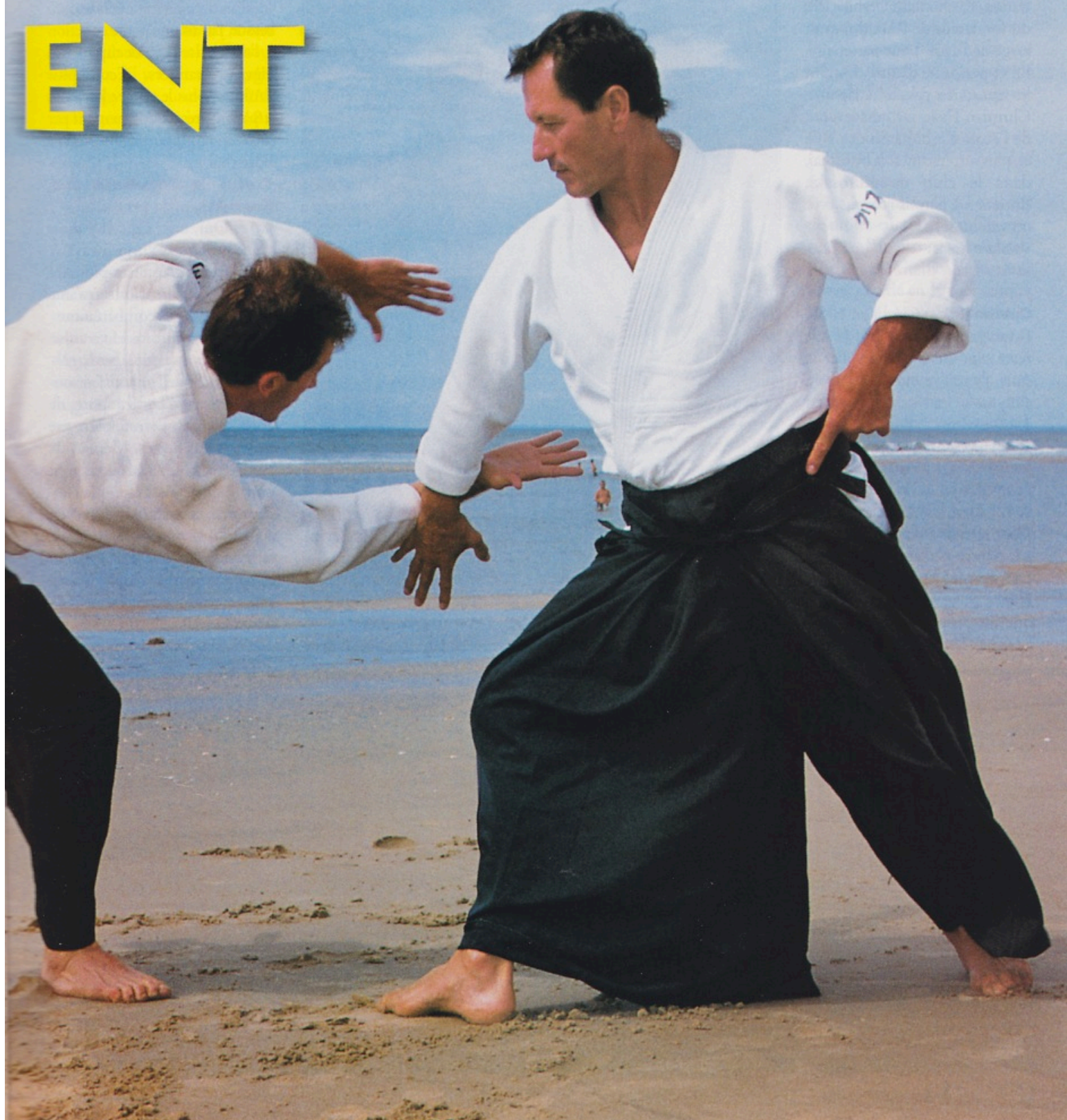
# MOUVEM

A 18 ans, il est parti au Japon. Uchi-deshi (disciple interne) à l'Aïkikai de Tokyo, il s'est entraîné 7 heures par jour pendant 7 ans. Il eut comme professeurs Kisshomaru Ueshiba et maître Yamaguchi, qui lui ont enseigné l'orthodoxie de l'Aïkido. Aujourd'hui 7<sup>e</sup> dan et directeur technique de la FFAAA, Christian Tissier nous explique sa conception de l'Aïkido.



# L'ÉNERGIE

ENT





**D**irecteur technique de la FFAAA, 7<sup>e</sup> dan de l'Aïkikai de Tokyo, Christian Tissier est célèbre dans le monde entier pour ses formidables démonstrations d'Aïkido. Il y a une quinzaine d'années, de passage à Paris pour une démonstration, Kisshomaru Ueshiba (fils du fondateur de l'Aïkido) avait exigé de l'avoir pour partenaire, lui et personne d'autre. Durant les sept années passées au Japon, Christian Tissier a étudié le sabre de l'école Kashima Shinto-Ryu et, plus surprenant... la boxe thai, dans le club de Kurosaki. Entretien à bâtons rompus avec un vrai budoka.

**Ceinture Noire: Christian, parles nous de ton premier séjour au Japon.**

**Christian Tissier :** C'était en 1969, j'avais juste dix-huit ans. Je suis resté sept ans au Japon. Par la suite, j'y suis retourné quatre ou cinq mois, tous les ans, jusqu'en 1980 environ.

**C. N. : Comment se passait l'entraînement à l'Aïkikai à cette époque?**

**C. T. :** Quand je suis arrivé au Japon, j'avais été nommé 2<sup>e</sup> dan par maître Nakazono. L'Aïkido était encore embryonnaire en France, ça ne valait pas les 2<sup>e</sup> dans que je pouvais rencontrer à l'Aïkikai. Les débuts ont été assez

difficiles. Quand on est jeune, on est pas très subtil; on a un a priori : on pense qu'il faut y aller fort. Ma technique était très pauvre, je mettais beaucoup de force dans mes mouvements. J'allais toujours

chercher les plus grands pour progresser. Et puis, bon, le temps est passé, j'ai acquis une certaine technique, j'ai progressé. A partir de 1971, quand j'ai passé mon 3<sup>e</sup> dan, j'ai commencé à me sentir à l'aise. Je servais d'Uke, de partenaire, à tous les professeurs. Je faisais pratiquement tous les cours,

j'avais une bonne condition physique.

**C. N. : Tu t'entraînais combien d'heures par jour?**

**C. T. :** Quand je suis arrivé, je faisais environ cinq heures par jour. Parallèlement, je m'entraînais beaucoup au bokken (sabre de bois). J'avais commencé par le Ken-Jutsu, le sabre, et je m'entraînais environ deux heures par jour,

ce qui faisait sept heures au total. Par la suite, j'ai été obligé de travailler. J'ai fait mon service militaire au Japon en tant que coopérant, j'enseignais le français au lycée franco-

japonnais de Tokyo à raison de cinq heures par jour. Donc pendant deux ans je me suis entraîné le matin, de six heures trente à neuf heures. J'y retournais le soir, soit à l'Aïkikai, soit chez maître Yamaguchi, et je m'entraînais pendant quatre heures. Durant les trois dernières années de mon séjour, j'avais une petite fonction à l'Aïkikai : je m'occupais des élèves étrangers. Ceci, plus l'Aïkido, plus le sabre : j'arrivais à 8 à 9 heures d'entraînement par jour, en comptant également la boxe thai.

**C. N. : Tu t'entraînais chez Kurosaki?**

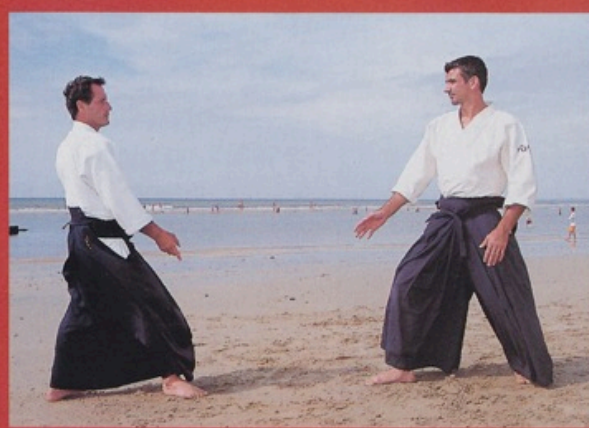
**C. T. :** Oui, c'est cela. Il y avait deux professeurs : Fujiwara et Shiima, tous deux champions du Japon. Nous n'étions qu'une dizaine, tous des combattants.

**C. N. : A priori, l'Aïkido semble assez éloigné du kick-boxing?**

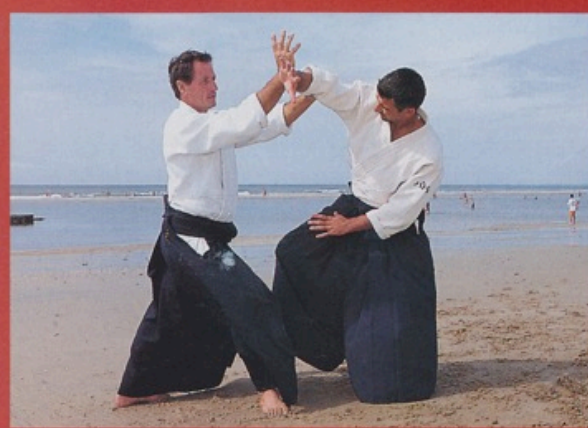
**C. T. :** Personnellement, j'ai toujours été attiré par les sports de compétition. J'aime bien me mesurer aux autres. Même si je joue au scrabble ou au tennis, c'est pour gagner! Peut être que l'absence de contact physique en Aïkido m'a poussé à aller voir ailleurs, je ne sais pas. Tous les dimanche matin, avec mon ami Lillou, qui est maintenant professeur à Marseille, on avait créé une séance d'entraînement dans



Plus le geste est pur et précis, moins on n'a d'effort à faire.



1 - Christian et son partenaire sont face à face.



2 - Sur une attaque haute en revers, blocage avec les deux mains ouvertes.



3 - Saisie du poignet



les jardins de l'institut Franco-Japonais. Tous les Budokas français s'y retrouvaient : Judo, Karaté, etc.. On mettait des plastrons, et on faisait du combat libre. C'était sympathique. A l'époque, début des années 70, c'était la grande mode du Kick-boxing au Japon. Avec Lillou, on s'est dit : allons voir. Et on est tombé par hasard sur le club de Kurosaki. Ça nous a séduits : il y avait un engagement physique, une très bonne ambiance... Mais je savais que pour moi, ça n'était pas une fin en soi.

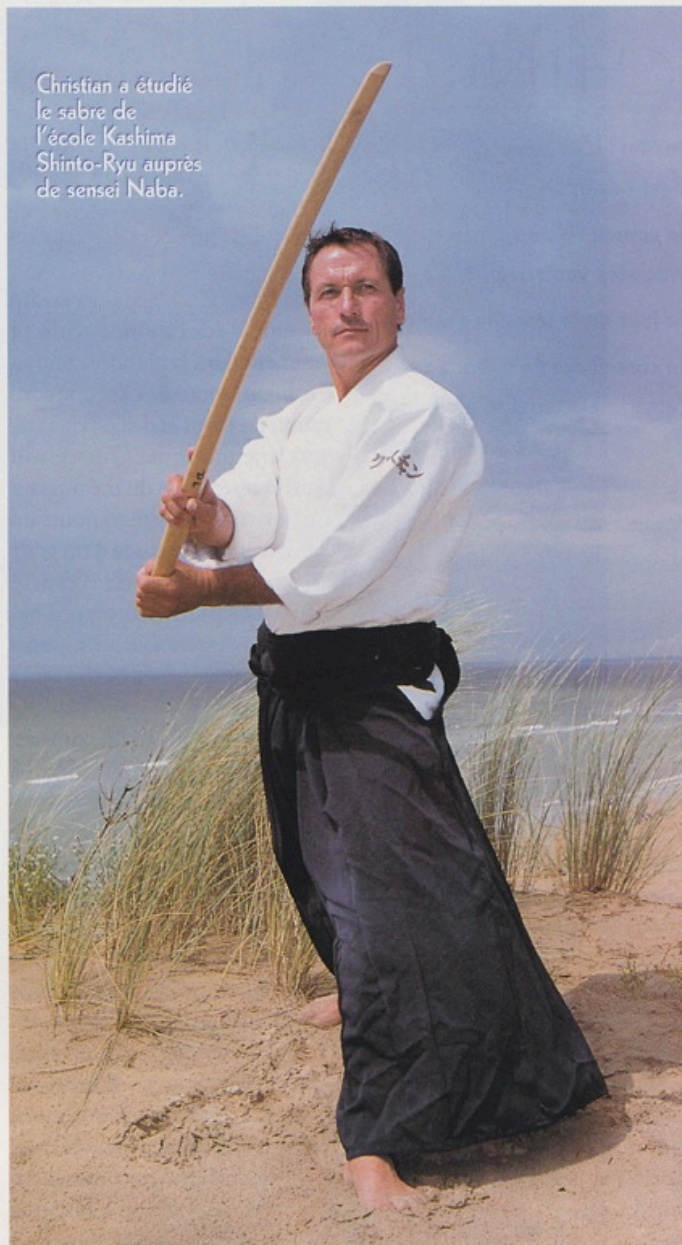
**C. N. :** Est-ce que la pratique de l'Aïkido a été influencée par le kick-boxing ?

**C. T. :** Non : j'ai toujours eu un Aïkido assez incisif. Par contre, la pratique du Ken-Jutsu a influencé mon Aïkido : la technique du sabre est encore plus incisive. Un démarrage, une action, des positions claires... L'action doit être fulgurante et précise : ça a beaucoup influencé mon Aïkido.

**C. N. :** N'y-a-t-il pas un lien entre l'Aïkido et les techniques de sabre ?

**C. T. :** Oui, forcément. Les techniques de sabre sont tellement élaborées qu'elles font appel à un geste très pur, très naturel. Il faut être parfaitement placé, le mouvement part des hanches, les épaules doivent être relâchées...

Christian a étudié le sabre de l'école Kashima Shinto-Ryu auprès de sensei Naba.



Il existe un lien. Maintenant, sabre et Aïkido sont deux choses différentes. Prenons le kendo, que j'ai pratiqué également : le talon arrière est levé, les jambes sont relativement proches l'une de l'autre... La forme de corps n'est pas la même qu'en Aïkido.

J'ai eu la chance de rencontrer Naba sensei, du Kashima Shinto-Ryu : c'est une école de sabre où la forme de corps se rapproche de celle de l'Aïkido. Ça m'a beaucoup influencé.

**C. N. :** A l'Aïkikai, certains professeurs t'ont davantage marqué que d'autres ?

**C. T. :** A l'Aïkikai, il y a beaucoup de professeurs. J'ai travaillé avec tous. Par contre, Maître Kisshomaru Ueshiba, le fils de O sensei, décédé en Janvier dernier, faisait tous les cours du matin : ce fut véritablement mon professeur. C'est lui qui veillait sur moi sur le plan technique. Il y eut aussi maître Yamaguchi ; il tenait absolument à ce que je continue à travailler avec maître Ueshiba tous les matins. Ils se respectaient énormément l'un et l'autre. Avec maître Yamaguchi, c'était moins protocolaire : j'allais chez lui, il me considérait un peu comme son fils. J'ai appris l'orthodoxie de l'Aïkido auprès de ces deux maîtres. Ils m'ont beaucoup protégé par la suite, à mon retour en France.



et clé de coude.



4 - En avançant, Christian porte une double clé : coude et poignet.



5 - A présent, l'adversaire est à sa merci : il peut enchaîner par un amener au sol.



## PORTRAIT CHINOIS

### SI J'ÉTAIS...

**Un pays :** La France.

**Un sport :** Le tennis.

**Un métier :** Physicien.

**Une voiture :** Coccinelle ou Ferrari.

**Un jeu :** Les Echecs.

**Une expression favorite :**  
C'est pas grave.

**Le juron préféré :** Merde.

**Un hobby :** L'avion.

**Un livre :** Les chroniques d'Alvin le faiseur.

**Un film :** L'aventure c'est l'aventure.

**Un conseil :** Regarder le monde avec des yeux neufs.

**Un jour de la semaine :** samedi.

**Un conseil qui t'a marqué :**  
Yamaguchi sensei m'a dit un jour : « A trop t'investir dans les pratiques périphériques à l'Aïkido, tu risques de perdre tes principes ». Autrement dit, à trop faire du sabre ou du dujo, je risquais de perdre les principes de l'Aïkido.

Avoir une attitude telle que l'adversaire n'a pas la possibilité de rentrer.



**C. N. :** Existe-t-il des cours d'armes à l'Aïkikai?

**C. T. :** Non, les cours d'armes se prennent ailleurs, même pour le jo (baton).

**C. N. :** Qu'elle est ta conception de l'Aïkido?

**C. T. :** Pour moi, l'Aïkido est un système d'éducation. Il s'inscrit vraiment dans la grande tradition des budo japonais : c'est une éducation du corps et de l'esprit à travers une pratique. Que ce soit dans la cérémonie du thé ou dans l'art martial, il existe toujours un lien étroit entre l'étude d'un geste et la formation de l'esprit. L'Aïkido, l'art martial, est un support, chacun choisit un support en fonction de son caractère : moi qui ai toujours été attiré par l'action, par les sports de combat, l'Aïkido est un support idéal. A travers une gestuelle, un partenaire censé représenter une contrainte, une agression, il faut arriver à résoudre le conflit de manière harmonieuse. Ce qui est intéressant dans l'art martial, c'est qu'on ne peut pas se mentir à soi-même : si le mouvement est faux, on s'en aperçoit tout de suite. En combat réel, la sanction serait la mort. Là, on a à chaque fois une nouvelle chance de recommencer, pour se parfaire. C'est cela qui est intéressant dans l'art martial. L'Aïkido doit rester budo, ça n'est pas quelque chose d'éthéré, il faut garder les pieds sur terre. Quand on se trompe, on s'en aperçoit : là, j'avais laissé une ouverture ; en combat réel, je serais mort. Après, on essaie de se corriger. Pas dans le but de se forger une carapace, de s'isoler du monde. Mais dans le but d'aller plus libre dans le monde, parce qu'on ne donne pas d'ouverture aux autres. L'ouverture pourrait susciter de mau-

vais pensées chez l'adversaire, et on serait alors obligé de le punir. Là, il s'agit d'aller dans le monde avec un maximum de sécurité et de sincérité. La recherche d'idéal de pureté à travers le geste a une résonance sur l'esprit.

**C. N. :** La notion d'efficacité est-elle importante pour toi?

**C. T. :** Pour moi, cette notion ne veut plus rien dire. Efficace contre qui, vis à vis de quoi? La seule efficacité se trouve dans sa façon de se comporter : ne pas donner d'ouverture. Avoir un comportement tel qu'il n'y ait pas la possibilité pour quelqu'un de « rentrer ». Et donc de ne pas devoir prouver son efficacité. Il faut arriver à ce stade-là. Tout le travail du budo y prépare : arriver à être totalement libre, dégagé, et en même temps ne pas avoir de faiblesse, ne pas laisser d'ouverture à un éventuel adversaire. Et pas seulement dans le dojo : dans n'importe quelle action de la vie quotidienne. A ce moment-là, la notion d'efficacité n'a plus de sens.

**C. N. :** Dans tes démonstrations, tu donnes une image très dynamique, très réaliste de l'Aïkido?

**C. T. :** Mais l'Aïkido, c'est ça! On ne peut pas travailler vingt ou trente ans sur son corps sans acquérir des qualités : la vitesse, la spontanéité... Si l'on répète un geste pur pendant des années, il va forcément acquérir de la puissance. Sinon, c'est qu'on s'est trompé dès le départ. Je n'ai pas le sentiment de repré-







Ne jamais laisser d'ouverture à l'adversaire.

senter un Aïkido efficace : je représente l'Aïkido, point. Mais je suis à mille lieux de l'efficacité de Yamaguchi sensei ou d'Ueshiba sensei. L'Aïkido doit être spontanée : il y a un timing, une puissance au bon moment... Il faut que ce soit comme ça.

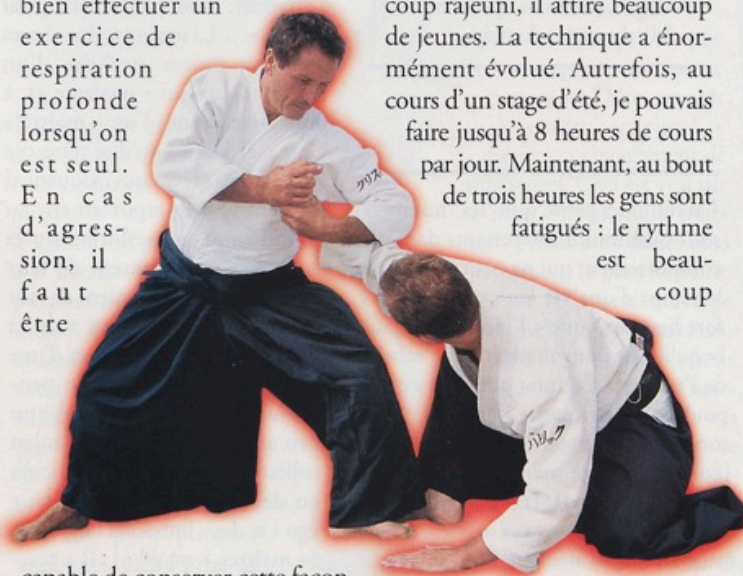
**C. N. : Pour en arriver là, il faut d'abord passer par le corps ?**

**C. T. :** Bien sûr ! Si l'on choisit un support d'étude qui est le corps, il faut travailler son corps. Si l'on choisit la calligraphie, il faut faire des calligraphies. Je lisais un article sur le Cadre Noire de Saumur ; une des grandes règles, c'est de faire en sorte que le cavalier ne montre aucun effort. En Aïkido, c'est pareil : plus le geste va être pur, précis, plus il sera naturel et moins il y aura d'effort à faire. Le problème, c'est que les efforts ont été faits avant !

**C. N. : Le travail de l'énergie interne se fait-il de lui-même en Aïkido ? Ou bien demande-t-il une pratique extérieure ?**

**C. T. :** Pour moi, il se fait de lui-même. Il y a des gens qui éprouvent le besoin d'une pratique parallèle, comme le Tai Chi, et c'est certainement très bien. Je crois que l'art a été bien

pensé : des maîtres comme Yamaguchi sensei et Ueshiba sensei nous ont donnés des clés pour ce travail de l'énergie interne. Il n'existe pas d'exercice particulier. On peut très bien effectuer un exercice de respiration profonde lorsqu'on est seul. En cas d'agression, il faut être



capable de conserver cette façon de laisser circuler l'énergie. Le fait d'avoir appris auparavant la précision, la pureté du geste, le timing, la spontanéité, fait qu'on ne va pas se crispier au moment de l'action. On va continuer à laisser circuler l'énergie, on ne va pas se bloquer.

**C. N. : Comment l'Aïkido français a-t-il évolué depuis trente ans ?**

**C. T. :** Aujourd'hui, il regroupe soixante mille licenciés, répartis en deux fédérations. Il s'est beaucoup rajeuni, il attire beaucoup de jeunes. La technique a énormément évolué. Autrefois, au cours d'un stage d'été, je pouvais faire jusqu'à 8 heures de cours par jour. Maintenant, au bout de trois heures les gens sont fatigués : le rythme est beaucoup

plus soutenu, les gens ont la notion de l'action. C'est d'ailleurs vrai pour le monde entier, pas seulement pour la France : le niveau technique s'est élevé d'une façon incroyable.

**C. N. : Que penses-tu de l'Aïkido pour les enfants ?**

**C. T. :** Je pense qu'on ne peut abor-

der toute la spécificité de l'Aïkido que vers seize ou dix-sept ans. Avant, ce n'est pas encore ça.

**C. N. : Comment envisages-tu l'avenir de l'Aïkido ?**

**C. T. :** On est dans une période de transition. Il ya de plus en plus de pratiquants, de plus en plus de haut gradés (entre 3<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> dan). Mais ça n'est pas suffisant pour assurer la continuité d'une discipline telle que l'Aïkido, qui attire des gens qui ont une réflexion sur leur pratique. Il faut qu'on arrive à trouver les cadres de demain : des gens très complets sur le plan technique, mais pas seulement. Ils devront avoir une ouverture d'esprit, parler plusieurs langues, avoir un certain charisme : des locomotives. Ces gens ne sont pas facile à trouver. Pourquoi ? Pour pratiquer beaucoup, il faut du temps. Souvent, les gens sont pris par leurs études, leur travail. Donc il faudrait réussir à attirer des gens de qualité grâce à l'image de l'Aïkido, et faire qu'ils se consacrent à cette discipline. Cela pourrait être pour eux une raison de vivre, à la fois sur le plan matériel et sur le plan de la réalisation intérieure. Voilà quel sera notre défi majeur pour l'avenir.

