

Entretien avec Aad van de Wijngaart Sensei

Mené par Emanuele Boccalatte et Gabriele Gerbino le 3/06/22
pour le compte du [KIRYOKU](#) de Turin, Italie

Nous voici de retour aux Pays-Bas pour un nouveau rendez-vous avec les interviews Kiryoku pour découvrir l'histoire d'un autre budoka européen de haut niveau, Aad van de Wijngaart Sensei, Kyoshi 7e dan de Jodo et Iaido, fasciné par les lames

japonaises depuis l'âge de huit ans et suivant depuis lors différents Do, dont le Karaté.

Découvrons à travers son expérience fascinante comment il a vécu les débuts du Iaido, comment il a développé sa vision, accompagné des enseignements de son Sensei et quelles sont ses suggestions sur la manière de réellement transmettre une passion.



Van de Wijngaart Sensei, merci d'avoir pris le temps de parler de vous, de votre histoire et de votre Iaido, depuis les débuts européens de cette discipline jusqu'à nos jours. Que diriez-vous alors de commencer par quelque chose sur votre vie ?

Je suis né à Rotterdam, en août 1959. J'ai étudié l'histoire à l'université de Leiden et j'ai également suivi le cours d'enseignant de cette matière. J'ai donc quelque'idée de la didactique.

Cependant, après avoir terminé mes études, j'ai rapidement trouvé du travail en tant qu'écrivain indépendant spécialisé dans l'informatique et la science. Je fais ça depuis. Cela me donne la liberté d'intégrer le Budo dans ma vie.

Donc vous êtes un Sensei non seulement en ce qui concerne le Iaido, mais plutôt pour une carrière d'enseignant professionnel à 360 degrés tout au long de la vie. À propos du Iaido alors, quand et comment avez-vous commencé ?

Enfant, à l'âge de huit ans, j'ai été motivé pour fabriquer un Katana, mais en raison des matériaux limités dont je disposais, sans parler de mes compétences limitées, le résultat n'a pas été réalisé correctement.

Près de vingt ans plus tard, j'enseignais le Karaté : j'ai acheté un livre sur divers arts martiaux, qui contenait aussi quelques pages sur le Iaido, et pour moi ce fut le coup de foudre ! Mais c'était bien avant l'avènement d'internet et je ne savais pas qu'il y

avait réellement des gens qui pratiquaient le laido aux Pays-Bas.

Cependant, j'ai trouvé un petit livre en allemand décrivant les sept (!) Seiteigata. Et j'ai acheté un sabre. Un Daisho, en réalité. Evidemment c'était une réplique : super-lourd et sans Bohi. Avec ces deux seules ressources, je me suis entraîné pendant un an.

En parlant d'influences et en remontant au début, comment avez-vous développé la pratique du laido et jusqu'à quel grade est vous parvenu ?

Pour l'entraînement, j'utilisais l'ancienne salle de bal du club étudiant dont j'avais été membre du conseil. Le sol avait été réparé avec des petits clous dont certains devaient être remis en place avant chaque séance d'entraînement. Et je ne connaissais pas les genouillères...

Mais en septembre 1984, un magazine néerlandais d'arts martiaux a publié une annonce pour un cours de laido pour débutants. Il était enseigné par Louis Vitalis, qui détenait le haut grade de Yondan dans cet art. Je me suis inscrit au cours et après 15 cours de deux heures, plus le premier séminaire de laido néerlandais, j'ai réussi l'examen de shodan.

Peu de temps après, j'ai rejoint le Dojo NKR le plus proche, Kendo Kai La Haye, et

depuis je suis resté dans ce Dojo. Au début des années 1990, cependant, il ne restait plus que trois membres pour le laido. En raison de la situation personnelle des deux autres, j'étais devenu le membre le plus haut gradé et ils m'ont demandé de prendre la responsabilité de l'enseignement : j'ai accepté le défi et nous avons organisé un cours pour débutants.

Heureusement, au fil des années, le Dojo s'est beaucoup agrandi et nous comptons aujourd'hui

environ trente-cinq membres pour le laido et une vingtaine pour le Jodo.

Maintenant je suis Kyoshi 7e dan de Jodo et de laido, mon seul autre grade dan est Shodan de Karaté.



Ishido Cup 2018



Dîner - Ishido Cup 2018



Je devrais probablement dire aussi que je danse le tango argentin, car cela m'a beaucoup appris sur la douceur, la connexion et la continuité. J'en avais vraiment besoin après le Karaté. D'un autre côté le Karaté m'a donné de la flexibilité, de la force et une conscience corporelle.

Un coup de foudre qui ne s'est jamais refroidi, en effet, et qui s'est renforcé avec le

temps et qui vous a donné l'occasion de le comprendre intimement. Que représente le laido pour vous, que vous apporte-t-il ?

Pour moi, le laido est un défi fascinant. J'essaie de le comprendre dans toute sa profondeur, d'en découvrir les principes les plus élémentaires et de les faire miens. Incarner le laido, finalement.

Bien sûr, c'est assez ambitieux ! Je n'y arriverai jamais, mais j'essaie toujours de trouver le sens derrière ce

qu'on nous enseigne. Par

exemple : les techniques de

laido doivent commencer en

douceur, pas comme une

action saccadée, mais cette

douceur se transforme

ensuite en grande vitesse.

Comment est-ce possible ?

Une partie de la réponse se

trouve dans la loi

neurologique de Henneman :

cette théorie physiologique

éprouvée décrit comment les

fibres musculaires sont

activées. Celles-ci sont

organisées en groupes et

chaque fois qu'un muscle doit

se contracter, les plus petits

groupes de fibres sont d'abord

activés par les neurones.

C'est pourquoi nous, les humains,

pouvons utiliser notre corps

pour des travaux subtils et

raffinés comme peindre ou

jouer. Lorsqu'il est nécessaire



En partance pour le Dojo de Ishido Sensei - 2015

de plus en plus grands sont ajoutés.

Ce processus prend du temps, bien que pas beaucoup. Il est important de laisser

ce laps de temps à notre corps : autrement notre coordination pourrait être compromise.

Souvent, les gens essaient de contourner ce problème en sollicitant leurs muscles avant de commencer une coupe. Ils utilisent les muscles antagonistes pour créer la résistance qui mobilise les muscles à pleine puissance.

Cela pourrait être une interprétation de « Tame », que nous pourrions traduire comme un stockage, d'énergie dans ce cas.



Correction personnelle - Villingen 2018

A mon humble avis, ce n'est pas une bonne idée. D'abord la tension prend du temps, puis cela prend du temps pour détendre les muscles antagonistes : vous perdez temps et énergie. Pendant ce temps, l'adversaire attend avec impatience que vous le tuiez. Et finalement, la technique devient une action semi-contrôlée et saccadée.

C'est probablement pourquoi le quatrième Chakuganten de Mae dit qu'il ne devrait pas y avoir de pause (« Ma ») dans la coupe verticale (« Ma o oku koto naku kirioroshite iru ka ? »).

La logique du laido revient en fin de compte à utiliser un sabre pour tuer des gens aussi rapidement et facilement que possible. Sur la base de cette logique, les Kata ont été développés comme outils pédagogiques pour former des combattants dans une société qui était principalement en paix, donc je regarde chaque Kata pour les leçons spécifiques qu'il enseigne à notre corps, esprit et/ou âme.

Évidemment, j'ai la même approche d'investigation vis-à-vis du Jodo. Si vous suivez attentivement le manuel ZNKR, vous trouverez des indices importants sur la façon d'utiliser le corps pour mouvoir le Jo - je pense que c'est quelque chose que beaucoup de gens négligent. C'est vraiment dommage.

Je trouve le laido aussi fascinant et beau aujourd'hui qu'il l'était lorsque j'ai posé mon regard sur lui la première fois. La différence est que je peux maintenant partager cet amour avec de nombreuses personnes amicales et enthousiastes, en enseignant non seulement aux Pays-Bas, mais aussi dans d'autres pays.

Aimer partager ses propres connaissances et son expérience est l'une des plus beaux sentiments qui reflète véritablement la passion profonde d'un enseignant : Pensez-vous qu'il existe des différences entre l'approche pédagogique japonaise, comme celle de votre Sensei envers vous, et celle occidentale, de vous envers vos élèves ?

Dans ce cas, la différence n'est peut-être pas si grande.

Le Sensei japonais que j'ai toujours suivi est Ishido Sensei, bien sûr. Il n'est pas un Japonais typique, du moins dans son approche de l'enseignement.

Il s'est rendu compte qu'il n'avait pas beaucoup de temps pour présenter aux pratiquants européens quelque chose de très différent de leur monde, alors il a cherché des moyens pour les choses claires.



Prise de notes...

J'essaie de suivre son exemple pour expliquer comment fonctionne le laido. Il ne peut y avoir d'amélioration sans changement, alors j'essaie d'être critique vis-à-vis de mes perceptions du laido et du Jodo. Comme Ishido Sensei me l'a un jour conseillé, je filme chaque minute de ma pratique personnelle. C'est assez révélateur...

Avec une si longue carrière derrière vous, quand avez-vous commencé à penser à l'enseignement ? Avez-vous développé une préférence pour une classe spécifique d'élèves, pour leurs besoins particuliers, par exemple les enfants, les compétiteurs ou les adultes ?

J'ai commencé à enseigner le Karaté au début des années 80, puis le laido et le Jodo au début des années 90.

Personnellement, quand j'enseigne, j'aime laisser du temps pour les questions et j'essaie toujours d'y répondre de la meilleure façon possible. Ce qui est génial avec les questions, c'est qu'elles me

donnent un aperçu de la façon dont les élèves pensent au laido. Et elles me font réfléchir aussi, à des choses qui ont peut-être échappé à mon attention ou que j'ai toujours tenues pour acquises. Essayer de répondre à de telles questions m'a beaucoup appris sur l'enseignement et le laido.

Et en fin de compte, c'est bien si vous pouvez donner aux gens quelque chose qui les aide. C'est une source de joie : partager avec les gens. Au fond je suis comme un enfant dans un beau jardin : à contempler toutes les merveilles, essayer de les comprendre et de partager ma joie et mes découvertes avec les autres.

Mais bien sûr, le laido est une activité physique. Vous n'avez appris une technique que si votre corps a appris à la faire correctement sans réfléchir, et cela nécessite beaucoup de pratique physique ciblée. Avec mes élèves, je suis ouvert et positif et j'essaie de voir les bonnes choses dans le laido de chacun, mais je sais exactement ce que je veux et je n'abandonne jamais.

Je vise donc un niveau élevé, non seulement pour moi mais aussi pour eux. Certains de mes élèves apprennent très vite, d'autres ont des caractéristiques qui ne jouent pas en leur faveur, mais chacun d'eux mérite toute mon attention. Tant qu'ils veulent apprendre, je suis là pour les aider.

Je dois également mentionner que je suis un fanatique de la prise de notes, essayant d'apprendre quelque chose non seulement des séminaires, mais de chaque cours dans laquelle j'enseigne.

Je pense que vous venez d'évoquer un sujet critique, comme l'importance pour un enseignant d'écouter et de recevoir à son tour des enseignements à travers la relation avec ses élèves. Les leçons fondées sur ces bases se sont sûrement développées au fil du temps, alors à quoi ressemble votre leçon typique de laido aujourd'hui ?

Un cours dure généralement une heure et demie, et le dernier tiers de chacun est une pratique libre.



C'est bien pour les élèves car ils peuvent pratiquer le Kata qu'ils aiment ou qu'ils veulent améliorer. Et c'est bien pour moi parce que je peux prendre le temps de prêter attention à chaque élève et me mettre en relation avec à lui.

De plus, cela oblige les élèves à assumer la responsabilité de leur propre développement, à rechercher consciemment des choses et des moyens pour s'améliorer. Cela les stimule à s'entraîner même en dehors du cours.

En parlant de développement personnel, pensez-vous

que les laidokas non japonais peuvent vraiment comprendre la culture et la « philosophie » derrière le laido ?

Cette question me fait penser à l'époque où les musiciens japonais ont commencé à enregistrer de la musique classique occidentale. Beaucoup de gens disaient qu'ils avaient une excellente technique, mais qu'ils ne « capteraient » jamais l'esprit de Bach ou de Beethoven. De nos jours, certains de mes enregistrements préférés de Bach sont du chef d'orchestre japonais Suzuki Masaaki. Au fait, je sais

que Louis Sensei les aime aussi.

Lorsqu'un journaliste a demandé à Suzuki si un Japonais pouvait réellement jouer Bach, il répondit qu'il était en fait plus qualifié que la plupart des Européens. Parce que, comme Bach, il était un fervent chrétien, ce que la plupart des Européens d'aujourd'hui ne sont pas.

Alors pour répondre à votre question, il est évident qu'il est plus facile pour les japonais d'accéder à la culture traditionnelle qui a produit le laido. Mais ce n'est pas un problème en noir ou blanc, par exemple j'ai entendu parler de japonais qui entrent dans le Dojo avec leurs chaussures.

Et en creusant suffisamment profondément dans le laido, on arrivera à des niveaux qui sont les mêmes pour nous tous.

Comme nous entrons de plus en plus dans le sujet du développement et comment les choses évoluent avec le temps et l'expérience, que pensez-vous de l'avenir du laido européen ?

Il y a longtemps, j'ai découvert qu'il y avait en fait plus d'orchestres de mandolines en Hollande que de pratiquants de laido. Avez-vous déjà vu un orchestre de mandolines ? Je

ne connaissais pas et je ne sais pas combien d'orchestres de ce type il y a aujourd'hui, mais le nombre de laidoka n'a pas tellement augmenté, du moins aux Pays-Bas.

Ce qui a augmenté, c'est notre niveau de compréhension. Ainsi, même les nouveaux débutants commencent à un niveau supérieur. Aux Championnats d'Europe, un Mudan peut même battre un Sandan, un Yondan ou un Godan.

Cependant, il y a un risque que le laido soit dominé par de petits Dojo de personnes ambitieuses qui sont aussi des amis proches et cela pourrait effrayer les nouveaux débutants. Eh bien, personne ne vit éternellement...

Il faut donc continuer à attirer de nouveaux débutants, de préférence des jeunes. Les cours pour débutants avec une bonne publicité sont un bon moyen d'abaisser le seuil d'âge de votre Dojo. Faites en sorte que vos nouveaux membres se sentent les bienvenus et aidez-les à composer avec ce nouveau monde étrange.

Surtout, montrez-leur que vous prenez plaisir au Budo, comme nous l'a dit Ishido



Oroshi...

Sensei lors du séminaire du jubilé à Eindhoven. Pourquoi le faire si vous ne l'aimez pas ? Personne ne vous paie un salaire.

En plus d'accueillir les débutants en leur faisant prendre conscience qu'ils entrent dans un groupe véritablement ouvert, que conseillerez-vous à ceux qui abordent initialement le laido ?

Les choses que vous apprenez en premier auront tendance à colorer votre laido pour toujours.

Essayez de trouver un bon enseignant et faites de votre mieux pour bien comprendre les enseignements.

Et en tant qu'enseignant qui communique correctement avec ses élèves, quel est l'enseignement du Budo que vous aimez transmettre le plus ?



Sanpogiri sans pression – 3 adversaires vivants
Villingen 2012

On dit que l'instructeur est l'aiguille et que les étudiants sont le fil, car ils suivent l'exemple de leur instructeur.

C'est comme élever des enfants – ils n'écouteront peut-être pas vos conseils, mais ils copieront votre comportement. Et vos erreurs.

Ainsi, la chose la plus importante que nous puissions faire, en tant

que grades supérieurs, est de donner l'exemple d'un développement personnel continu : nous devons nourrir notre amour pour le laido en nous entraînant, en étudiant, en enseignant et en partageant.

Une fois de plus j'arrive au bout de ces entretiens, sans me rendre compte combien j'ai abusé du temps de Sensei, absorbé à chaque fois par ces histoires fascinantes sur lesquelles j'aimerais en savoir plus.

Donc, même si je ne peux que vous remercier profondément d'avoir pris le temps de répondre à toutes ces questions, il y en a encore une dernière avec laquelle nous avons l'habitude de conclure : puis-je vous demander s'il y a une anecdote amusante sur votre vie en tant que laidoka que vous aimeriez nous raconter ?

Comme je l'ai dit au début, mon premier sabre n'était pas un laito, mais une réplique, sans Bohi. Pendant le cours de débutants, tout le monde autour de moi faisait des sifflements impressionnants, mais mes coupes restaient silencieuses, peu importe à quel point j'essayais de forcer la lame vers le bas. Alors je me suis

convaincu que c'était dû à ma mauvaise technique ou à mon manque de force. Mais un jour, un des autres débutants acheta un nouveau sabre et pendant la pause m'a laissé l'essayer : j'ai exécuté un Kirioroshi, cherchant autour de moi qui produisait ce son. J'ai mis un peu de temps à réaliser que c'était moi.



Kiryoku.it (Torino)