

# Aka Birman



Un **aka** montre dans les arts de combat de Birmanie ([thaing](#)) un enchaînement de combat accompli dans le vide, avec armes ou sans, calquer sur un schéma de combat prédéterminé contre un ou plusieurs adversaires supposés. L'enchaînement comportemental réalisé en seul peut être aussi expliqué avec un partenaire. Sa construction est le plus souvent très ancienne et se véhicule de génération en génération.

## *Le Bando d'Hanthawaddy*

Le Bando modernisé de style [Hanthawaddy-Thaing](#) du 19<sup>e</sup> siècle, dispose de différentes formes martiales à mains nues et avec arme.

## *Le travail à mains nues*

Pour le travail à mains nues ou **Bando** on calcul différents types de akas. Nous découvrons d'abord, neuf « akas géométriques » (ex. : Le Point, Le Carré, La Croix, etc.) contenant les richesses techniques de contre-offensive ainsi que des attitudes et déplacements essentiels. Ces formes de base agissent à mobiliser les éléments vécus durant des périodes de formation technique. Par exemple, le novice (ceinture blanche) enseigne les gestes de percussion de poing et les blocages déviants avec les bras, techniques que l'on va regagner dans la « Forme du point » (défendre un territoire).



## Akas géométriques

Les cinq akas géométriques à l'idée des pratiquants appelés « ceintures de couleur », sont adaptés dans l'ordre suivant : Le point (en anglais, Point Form), Le carré (Square Form), La croix (Cross Form), Le « T » (T Form) et La ligne (Line Form). Quatre autres akas complètent la liste : Le triangle (Triangle Form), Le cercle (Circle Form), L'étoile (9-Points Star Form) et Le soleil (Sun Form). Dans certains de ces akas géométriques on retrouve des comportements de combat propres à certaines techniques animales (Ex. techniques du sanglier dans La croix). D'autre part, les structures des akas géométriques peuvent servir de entremêlement à l'application de formes animales.



## Les akas de formes animales



Les akas de formes animales sont simultanément calculés avec les akas géométriques, le plus souvent de caractère « mini-forme animale » (mini-aka). Le aka de l'aigle, consiste à travailler des contre-offensives à deux mains ouvertes ; le aka de la panthère, centre le travail défensif sur des déviations de coups avec les paumes de main, des simulations de saisies, des ripostes mains ouvertes et un travail proche du sol avec des balayage tournants. Le [pongvi Thaïng](#) a également des sortes de akas (Ex. : le "pongvi-aka" ou « forme du bonze à mains nues »). Le [minzin](#), ou travail des « formes internes et énergétiques » réalisées sans puissance dans un ordre prédéfini, utilise les akas de formes animales en tant que structures gestuelles.

Recherche réalisé par  
Mr : Saadi abd slem

juillet 2008