

La Voie de l'Homme, entre Terre et Ciel

par Nguyen Thanh Thiên

L'Aïkido est une discipline qui envisage une éducation de l'homme pour en faire un humain. La transformation est de fait longue car il s'agit d'intégrer toutes nos dimensions et cela, en travaillant dans l'optique orientale où corps et esprit sont continus. Notre discipline partage cette sensibilité avec le Shiatsu de l'école Iokaï et y trouve des prolongements qui enrichissent notre art.

" On rapporte que jadis, à l'ère Tokugawa, les médecins pratiquaient le Dôin - la technique de l'Anma - pour apprendre par la pratique, la structure du corps humain et les méridiens. Si l'on persévère de la sorte à pratiquer l'Anma, la faculté sensible du bout des doigts se trouvant exercée, on devient capable de sentir les points vitaux (Keïketsu). Mais de nos jours, la plupart de ceux qui font appel à l'Anma, ne voient plus dans celui-ci qu'une pratique destinée à soulager momentanément ; ainsi la raison d'être initiale de l'Anma, en tant que thérapeutique, a-t-elle fini par pratiquement disparaître. " La médecine du Shin-kyû, de M. Nagahama

La lecture de ce texte ouvre sur une perspective de l'Aïkido peu souvent entrevue : " apprendre par la pratique, la structure du corps humain et les méridiens. " De plus, il soulève deux questions que tout pratiquant de notre art est amené à se poser un jour : " Pourquoi aller au-delà d'une acquisition de connaissances et vouloir "sentir les points vitaux" ? Pourquoi l'apprentissage de certains arts est-il si long alors que d'autres arts ont une durée d'apprentissage plus courte ? " En effet, ce qui semble attendu de l'expérience du praticien est de pouvoir différencier sentir et savoir; et si la durée d'apprentissage est plus longue, cela peut indiquer que le but de l'enseignement des maîtres fondateurs de nos arts était d'une autre portée. Certaines disciplines préparent au combat en un nombre réduit d'années alors qu'après dix ans d'Aïkido, nous sommes encore loin d'une efficacité. Nous établirons que le contexte de création d'un art conditionne son évolution, que notre compréhension de l'homme détermine l'usage que nous faisons de notre corps, qu'un art traditionnel exige l'affinement de notre sensibilité. Nous verrons de quelle manière le Shiatsu de l'école Iokaï en posant la question du sens véritable de l'Anma ouvre une voie pour notre école d'Aïkido.

Quels que soient les arts, les mêmes questions reviennent et interrogent l'homme de l'art. Le texte cité en ouverture nous dit les interrogations des médecins traditionnels japonais sur le sens de leur art. Le Dôin est certes une gymnastique énergétique qui soulage les tensions musculaires et les crispations de l'énergie mais plus encore, il exerce le corps même du médecin pour le rendre plus sensible aux méridiens et points vitaux. Cette double fonction en est venue à s'appauvrir et les praticiens eux-mêmes ont perdu l'exigence de pouvoir ressentir au bout de leurs doigts l'énergie circuler. Du Dôin, ils n'ont retenu que l'aspect immédiatement thérapeutique et ont oblitéré la

fonction de sensibilisation qui fait de leur propre corps un organe de perception de l'énergie.

Autrement dit, le Dôin-Ankyo agit et sur le patient et sur le praticien.

Comme souvent, à force de produire, l'homme oublie qu'il est le premier fruit de sa production :
on peut dire " *Je suis ce que je fais.* "

Cette occultation de la double fonction de tout art, qui est d'agir sur l'artiste comme sur l'œuvre, a pour racine la tentation de courir au plus vite vers un résultat. L'homme et la femme s'aventurant dans un art doivent en connaître les exigences. Ils prennent l'engagement d'y mettre leur corps, leur cœur et leur esprit. Le temps ne saurait être compté si l'on veut que l'art nous réponde. A vouloir économiser le temps et la peine, nous récoltons l'artifice et non l'œuvre. Mais par un manque de confiance récurrent, l'élève voudrait prouver sa valeur en se précipitant et le maître démontrer sa capacité en hâtant le disciple. Cette méconnaissance de l'art et de soi est un sûr signe d'égarement. L'enseignement est cette action réciproque du maître et de l'élève où le temps est la condition de maturation. Nous recherchons les millésimes et non les primeurs.

Cependant, il existe des méthodes de combat qui forment en cinq ans à une efficacité suffisante. Cette efficacité sera discutée dans un autre article. Pourtant, la même appellation " art martial " et la différence dans la durée de l'apprentissage sèment la confusion dans les esprits. En effet, deux questions se posent l'adéquation des dénominations, 2° l'amalgame entre formation et éducation.

Ces disciplines tournées vers l'efficace et les Voies traditionnelles sont à l'opposé les unes de l'autre. A titre d'exemple de la première catégorie, le Wing Chun est une méthode chinoise créée en pleine crise des arts martiaux chinois qui fut une réponse à la volonté de l'envahisseur mandchou d'éradiquer ces mêmes arts. Son ambition initiale était de créer à partir de plusieurs styles de combat traditionnels une méthode pouvant former rapidement un combattant. L'urgence et le désespoir furent ses parents. L'Aïkido est issu du Daïto Ryu Aïki-jujutsu et fut influencé par la spiritualité Omoto. L'Aïkido, en tant que Voie, délivre un message et propose une pratique fondée sur l'harmonie et la non-agression. Le Daïto Ryu Aïki-jujutsu est un art guerrier dont chaque technique devait pouvoir se conclure par la mort de l'autre. La spiritualité Omoto est proche du Shintô, forme japonaise de l'animisme et du taoïsme. L'Aïkido s'est formé à travers l'histoire mouvementée du Japon au 20ème siècle, passant du militarisme agressif aux deux bombes atomiques et à l'américanisation de leur société. La pratique et le message de l'Aïkido sont résolument pacifiques et pacificateurs. Il est très difficile de parler de l'Aïkido car son créateur n'a jamais voulu le figer et dire " Voilà la forme définitive de mon art. " Cependant, il l'a nommé do, en chinois dao, une Voie. Pour le pratiquant, cela implique qu'il n'y a pas une course à l'efficacité mais une implication de soi qui vise à une maturation de soi, à un devenir par l'effort et l'écoute. D'un maître d'Aïkido, il est attendu un équilibre et une harmonie bien difficiles à atteindre. Il faut de bien longues années de persévérance avant d'être appelé " Maître d'Aïkido. " Les uns forment à un résultat et les autres éduquent pour un devenir. L'efficacité d'une formation n'a rien à voir avec celle d'une éducation. Ces deux catégories se retrouvent pourtant en France sous la même dénomination d' "art martial" mais leur histoire et la réalité de leur apprentissage les situent dans des dimensions différentes. En Chine, la rectification des noms était une prérogative impériale que toute nouvelle dynastie devait exercer afin de rétablir l'harmonie sous le Ciel. La juste dénomination est un préambule à une pensée juste et une action juste.

Dans l'autre question posée sur l'amalgame entre formation et éducation, l'apprentissage de l'art de la médecine traditionnelle peut amener des éléments de réponse. Les médecins japonais qui se

forment à soigner amènent le patient à établir la véritable relation Ciel-Terre. A cette fin, ils suivent une formation et au terme d'un apprentissage se voient délivrer une reconnaissance de capacité. Une fois le diplôme en poche, ils seraient tentés d'arrêter le Dôin se coupant ainsi d'une amélioration directe et tactile de la perception de l'énergie. Ils sont "formés", alors pourquoi chercher plus loin ? D'où la tentation de ne voir dans le Dôin qu'une thérapeutique de soulagement momentané des patients. Mais si l'art médical relève d'une compréhension de la douleur, donc de la souffrance dans un sens plus large et ainsi de la condition humaine, alors le futur médecin s'attache à un effort qui ne se termine pas avec l'obtention d'un certificat. L'étudiant en médecine et le médecin accompli, l'élève comme le professeur, le disciple avec le maître, tous entreprennent une longue quête, une éducation véritable. Musashi disait : "J'ai traversé la montagne et de l'autre côté, j'ai trouvé l'homme." La montagne est synonyme de "maîtrise". L'éducation est à ce point importante en Orient que le professeur est estimé à l'égal du père. Si le père nous a donnée notre état d'homme, le maître nous a fait advenir à notre condition d'humain. Cet effort éducatif ne saurait se contenter d'un résultat mais tend à l'approfondissement insatiable.

L'Aïkido relève de ce fleuve de la connaissance. Le Maître [Confucius] était au bord d'une rivière. Il dit : " Oh, aller de l'avant, sans trêve, jour et nuit ! " Entretiens IX. 17. Nous tenons à cette différence d'avec les disciplines visant à un résultat rapide car on ne peut écourter l'étude de l'humain sans lui nuire. Ces formations et les Voies, dont l'Aïkido, se situent sur des plans différents. On ne peut dire lesquelles sont supérieures aux autres car elles ambitionnent des réalisations différentes. Les premières forment à une fonction guerrière et les deuxièmes éduquent à une humanité plus ouverte et pleine. L'harmonie envisagée dans l'Aïkido est celle d'avec l'Autre mais aussi avec soi-même. Il s'agit de rendre le geste cohérent avec la manière de fonctionner de notre corps. Si nous considérons notre corps comme un ensemble de muscles agencés selon des segments à mobiliser, alors nous entrons dans une conception issue de la Renaissance avec sa vision mécaniste du corps. Aujourd'hui encore, lorsque nous nous mettons sous des machines pour muscler tel groupe musculaire, nous véhiculons sans le savoir cette vision mécaniste de l'homme. L'Aïkido propose une toute autre approche de notre fonctionnement. Elle relève d'une conception orientale de l'homme où l'esprit est le sixième sens du corps au même titre que l'ouïe ou le toucher. L'Aïkido engage aussi l'esprit. Le ki de " Aïkido " est souffle/énergie. Les exercices de notre art ambitionnent de mobiliser cette énergie qui anime le corps. Souvent en Occident, l'énergie est conçue en opposition à la matière et au corps, elle est " métaphysique ", au-delà du physique. Cependant, la conception orientale considère l'énergie comme fond latent et manifesté dans toutes les formes perceptibles. Le poème suivant illustre cette vision : Le bois et le feu

*Le bois contient en essence le feu
Et ce feu parfois renaît.
Pourquoi dire qu'il n'y réside pas,
Si le feu jaillit quand on fore le bois ?*

Ngô Chên Luu (959-1011)

"Le Dao[Voie] est le chemin, les principes sont les lignes qui en forment les motifs [...] à la manière des lignes du bois. [...] Le mot Dao englobe la totalité, les principes représentent les nombreuses veines à l'intérieur du mot Dao. "

Zhu Xi, XIème siècle

Nos mouvements étirent les méridiens ou lignes d'acupuncture. Les spirales de nos gestes tiennent compte de la disposition en spirale des insertions des muscles sur les os. Nous déroulons notre corps plutôt que de le bouger. La conception orientale situe l'homme entre Ciel et Terre. Ainsi, elle localise son action mais encore elle pose l'impératif que l'homme harmonise ces deux pôles dans son être même : toutes nos mobilités et immobilités doivent tendre vers la Terre et le Ciel. Nous cherchons à enraciner comme à élever. La difficulté est que l'enracinement est de fait dans l'apprentissage des arts martiaux, qu'il soit pour certains : enracinements du ki, du geste ou de la présence. L'équilibre exige alors de retrouver la verticalité, cette disposition du corps où sont minimisées les contraintes de structure. L'harmonie de l'énergie du terme " Aïki " se fait non seulement avec l'Autre mais en soi et en son corps. Etirer un méridien se fait avec une autre conscience de soi que lorsque nous étirons un bras. Pour tout cela, un apprentissage court ne suffit pas. Notre pratique trouve un écho dans le Shiatsu de l'école Iokai. Cette école présente en France et à Paris accorde une grande importance aux méridiens. Une de ses particularités est de passer par une autre voie que celle de la connaissance des points et lignes d'énergie, elle exige de ses pratiquants une perception directe et tactile de l'énergie. Cette rigueur impose un apprentissage long mais le bénéfique en est que le ki ou énergie reste une réalité simple et non une notion livresque et fantasmée. Le Dôin de cette école a pour but non seulement un bienfait corporel mais encore une sensibilisation du corps à l'énergie. Cette approche rappelle à nos pratiquants que nous travaillons nous aussi sur le ki. Nos exercices doivent nous rendre plus sensibles à cette réalité qui est au cœur du nom d' " Aïkido ". Mais attention, il s'agit de percevoir et ressentir et non de s'illusionner. Grande est la tâche.

Le texte cité en ouverture de cet article pose une autre question : " Comment est-il possible d'avancer dans un art sans s'appuyer sur les autres arts qui voyagent sur la Voie ? " Les arts de santé s'interpellent et se répondent en un dialogue fructueux. En Occident, peintres, sculpteurs, architectes et musiciens se sont rencontrés pour pousser plus loin leurs réalisations. En Orient, la même nécessité a poussé à la création d'académies. La Villa Médicis répond à la Forêt des Pincesaux. L'Aïkido partage une même vision de l'homme avec le Shiatsu. Ne nous bornons pas aux encyclopédistes et à la Renaissance. Payons notre tribut et avançons. La Voie est un long voyage où la rencontre est une nécessité. " Etudier une règle de vie pour l'appliquer au bon moment, n'est-ce pas source de grand plaisir ? La partager avec un ami qui vient de loin, n'est-ce pas la plus grande joie ? " nous dit Confucius.

Nguyen Thanh Thiên
mercredi 1 janvier 2003