

Aïnuke

Par Taro Ochiai

Prolongeant les réflexions qu'il a partagées dans le numéro précédent, Taro Ochiai explique le rapport entre awase/musubi et Aïnuke. Une analyse fine et des pistes de recherches précises sur des notions trop souvent obscures.

Alors avec tout son engagement, Uke s'élance pour frapper shomen uchi. Tori sort de la ligne d'attaque. Uke termine sa frappe droit devant lui, dans le vide. Affinons la consigne d'uke : alors avec tout son engagement, Uke s'élance pour frapper Tori avec shomen uchi. Tori sort de la ligne d'attaque. Uke suit Tori et le frappe à la tête. Si le but d'uke est d'atteindre Tori, il est logique qu'il mette tout en œuvre Pour y réussir. Par exemple en faisant en sorte de suivre jusqu'au bout sa cible. Tori n'est plus libre de sortir de la ligne comme bon lui semble. Qu'à cela ne tienne ! Tori entrera donc droit sur la ligne - Irimi - pour exécuter sa technique avec tout son engagement. Tori s'élance pour exécuter son plus bel Ikkyo. Alors Uke change son attaque en Yokomen uchi. Les mains de Tori ne saisissent que du vide tandis qu'uke l'atteint à la nuque. Si Uke engage une attaque spécifique, ici shomen uchi, c'est bien parce qu'il estime que cette attaque est la meilleure manière d'atteindre Tori. Si Tori « téléphone » sa technique, montrant clairement qu'il veut la placer, pourquoi Uke devrait-il se laisser faire ?

Attaque engagée

Une attaque ne peut se résumer à foncer comme un sanglier fou ou à reproduire une forme en ignorant la situation. **Tout simplement parce que la base sur laquelle tout système martial s'élabore, c'est qu'aucun des protagonistes ne sait ce que l'autre va faire.** L'étude chorégraphiée des techniques devrait se pratiquer dans cet état d'esprit. Le propos d'uke n'est donc pas de faire shomen uchi, mais de frapper Tori. Uke ne choisit shomen uchi que parce que c'est l'attaque qui semble la plus adéquate à la situation. Mais dès que Tori bouge, la situation peut changer. **L'attaque est donc d'abord une intention d'attaquer.** Mais cette intention n'est pas dépendante d'une forme. Elle ne s'actualise par une forme qu'en fonction de la situation. Et si le geste peut être contrarié, l'intention n'a aucune raison de l'être : **la forme est flexible, l'intention est inflexible.** Cela implique assurément d'engager toutes ses capacités ⁽¹⁾ Pour Uke, cela signifie au moins trois choses : son attaque doit être la plus imperceptible pour que Tori perçoive l'attaque le plus tard possible, sa sensibilité doit être à son maximum pour percevoir les moindres actions de Tori et il doit, au besoin, savoir donner une réponse pertinente et immédiate. Pour Tori, cela signifie que sa sensibilité doit être parfaitement en éveil pour percevoir l'attaque au plus tôt et, pour placer sa technique - réponse pertinente à une attaque - , que son action doit être la plus imperceptible possible afin qu'uke soit certain, jusqu'au dernier moment, d'atteindre son but.

Ce sont les mêmes compétences. Les aptitudes mises en œuvre des deux côtés sont en fait exactement les mêmes : il s'agit de l'engagement total de toute leur sensibilité corporelle et interactionnelle. Plus la sensibilité d'Uke et de Tori augmente, plus le rapport devient subtil et incisif. A partir de là, le travail d'Irimi peut commencer....

Irimi et atemi

Dans le numéro précédent, nous avons parlé d'awase et de musubi. **Irimi en est la conséquence logique.** C'est entrer dans la brèche qu'on a perçue mais cela peut être aussi créer la brèche. Irimi se passe donc beaucoup plus en amont, en même temps qu'awase et musubi, car il est impératif de prendre Aïte dès le premier

instant. Si, avec awase, mes actes sont essentiellement induits par Aïte, Irimi relève de la décision volontaire, par laquelle, par exemple, je casse la distance. Toute la difficulté réside dans l'influence que cette entrée peut avoir sur l'autre. L'atemi est la frappe. Associée à Irimi, c'est celle qui permet de prendre l'axe central et de déstructurer. **Or un geste volontaire est précédé de l'intention du geste.** Il en est donc ainsi de la frappe.

Cette intention joue un rôle fondamental. Pour rendre ses mouvements imperceptibles, on peut bien sûr supprimer ses appels, travailler sur le relâchement, sur les lignes droites etc. Il est possible également de dissimuler son intention. Un geste sans intention sera perçu bien plus tard qu'un geste avec de l'intention.

De même, il est possible d'utiliser une intention dissimulée et de la faire surgir de manière soudaine et intense dans la direction de l'axe central d'uke. L'effet sur Aïte est radical et le geste qui suit n'a généralement pas besoin d'être effectué jusqu'au bout.

On pourrait dire que c'est de cette façon que la bienveillance devient constitutive de l'efficacité de l'Aïkido. À l'origine, la technique doit tuer ou blesser, et on va mettre hors d'état de nuire par exemple en frappant directement à la gorge. Mais la bienveillance, la clémence, la compassion conduisent l'intention et le geste. Elles semblent tenir exclusivement de la morale au détriment de l'efficacité. On a vu combien la clémence est en réalité impitoyable. Car le résultat doit être là.

L'atemi pourtant n'a pas besoin d'être destructeur car ce qui compte, c'est que la déstructuration ait lieu et pour cela, **l'intention de l'atemi suffit à provoquer l'effet escompté.**

Irimi et état d'âme

L'Aïkido ne neutralise pas au sens de neutraliser un ennemi car l'autre ne doit pas perdre. **Il ne doit y avoir ni victoire, ni défaite mais effacement de la tension.** Et Irimi entre directement au cœur de la tension pour la dénouer ⁽²⁾. En développant ses capacités de perception, il devient possible de percevoir l'intention de l'autre de plus en plus tôt et en développant ses capacités à contrôler l'intention il devient possible d'entrer en déstructurant de manière de plus en plus subtile. Par exemple, Irimi est rendu possible par la rupture volontaire de l'awase. Ou par l'Aïki. Etc... Ce que l'on peut faire au niveau du contact physique - dissocier ou relier des segments du corps par le relâchement ou la connexion, de manière volontaire ou en fonction de la situation - se retrouve également au niveau de l'intention et du geste - dissocier ou relier intention et geste - et de la même manière, on peut faire awase ou rompre l'awase. Dans cet ordre d'idées, **il est intéressant de voir que le geste martial habité d'un sentiment a une influence directe sur la nature du geste et de ce qu'il peut produire.** Dans nos Ateliers Intensifs mensuels nous explorons les principes de l'Aïkido Kishinkaï et nous avons pu vérifier que des sentiments tels que « *je vous demande quelque chose* » ou « *je te prends quelque chose* » ou encore « *que puis-je pour vous ?* » provoquent, pour un même geste martial, des awase de nature différente. ⁽³⁾

Notre état d'esprit influence directement notre structure physique. Ainsi la personne habitée par un sentiment bienveillant, confiant, de gratitude sera plus difficile à déstructurer qu'une personne ayant des sentiments négatifs, malveillants, destructeurs, malsains etc. On dit que les personnes positives sont plus solides mais il ne s'agit pas d'une belle idée ou d'un vœu pieux. Il s'agit de quelque chose que l'on peut vérifier de manière très concrète sur le tatami.

A fortiori quand la bienveillance produit le relâchement et l'écoute. Dans la vie courante, une provocation de la part d'inconnus peut entraîner en nous irritation, indignation etc. Alors qu'elle pourrait tout aussi bien glisser sur nous, elle nous

touche au cœur de nous-mêmes et nous destabilise. Une telle destabilisation fonctionne comme un atemi, comme un Irimi. À l'inverse, il y a des attitudes, des mots, des regards qui viendront nous toucher aussi au cœur de nous-mêmes mais ceux-ci nous réconforteront, nous restabiliseront. L' Aïkido est fondamentalement bienveillant. Dès lors, on peut dire qu'irimi ne peut pas être une agression, une domination, une répression. Irimi-atemi ne peut donc pas consister à créer une instabilité chez l'autre. Mais grâce à l'awase qui permet l'apaisement et le musubi qui est l'endroit où cessent les tensions, celui qui reçoit l'Irimi bienveillant aura une réaction inconsciente du corps qui ne sera pas fermée. Avec le sentiment adéquat, au lieu de se crispier, Aïte se relâchera, au lieu d'avoir peur, il aura confiance, au lieu d'être contrarié, ce sera agréable. L'Irimi bien exécuté ne s'évalue pas tant dans la forme que dans sa capacité de changer Uke.

Aïnuke

Irimi pourrait tout à fait consister à faire du « rentre dedans » (tsukkomu). Ce qui peut fonctionner si l'on a une structure plus solide que celle d'Aïte. Mais si le cadre d'étude considère que la personne en face est toujours plus forte que soi, Irimi a besoin d'être invisible, Irimi a besoin d'awase et musubi, Irimi a besoin d'atemi.

Pour se rendre compte de la difficulté, il suffit d'essayer avec un boxeur: il est vif, se déplace sans cesse, feinte, enchaîne des frappes dans toutes les directions, se protège derrière sa garde...Et casser la distance ne suffit pas. Irimi entre au cœur de la structure d'Aïte. L'objectif est de prendre le centre de l'autre sans qu'il s'en rende compte. L'objectif d'Irimi n'est donc pas d'entrer mais d'être invisible. Au-delà de la difficulté de faire croire que l'on se trouve là où l'on n'est pas, la portée d'Irimi peut aller jusqu'à influencer l'attaque elle-même de telle sorte que l'autre dévie de lui-même son attaque. Finalement, Irimi, n'est ni défoncer la porte close, ni la forcer, ni la contourner, il s'agit de tout autre chose. Il s'agit de faire en sorte que l'autre nous accueille.

Irimi est réussi quand l'autre, inconsciemment, nous ouvre la porte. C'est l'annihilation du paradigme de l'opposition et du rapport de force, au profit de la victoire mutuelle sans vaincus. On a vu que l'attaque d'uke est déjà Irimi. Tori comme Uke tentent donc de réaliser le meilleur Irimi, le plus imperceptible, le plus sensible, le plus implacable. Quel serait l'issue du face à face de deux Irimi parfaits ? Aïuchi ? Lorsque les deux adversaires se tuent mutuellement ? Ne serait-ce pas plutôt Aïnuke ? Quand les deux partenaires « passent au travers mutuellement » ?

La vie se joue dans l'espace d'une fraction de seconde. Mais Aïnuke réalise en toute concrétude, dans le geste même de la tentative de prendre la vie, l'acte de préserver la vie⁽⁴⁾. Et cela n'est pas le fruit d'une décision intellectualisée. C'est la seule conséquence de hautes compétences corporelles. C'est sans doute ainsi que l'Aïkido peut nous changer. Pour le meilleur.

A propos de Taninzugake ?

Le fondateur disait que dix mille ennemis sont comme un seul et un seul ennemi comme dix mille. Le taninzugake se résume généralement à une série de face à face individuels. De même qu'irimi est plus facile avec un « Uke sanglier » qu'avec Uke sensible ou un boxeur éclairé, l'expérience d'affronter un groupe peut se révéler très différente selon le cadre pédagogique.

Faire face à des ukés qui attendent chaque fois que Tori soit prêt avant d'attaquer chacun à leur tour ne permet guère de profiter de ce travail de groupe. Même avec des ukés déterminés à atteindre Tori, on peut dire que l'on reste dans la logique d'une succession d'attaques individuelles. Seul le niveau de pression est modifié. Pour que la nature du travail change radicalement, il faut que les ukés

fonctionnent comme un corps organisé.

Un Miyamoto Musashi considère qu'il n'y a aucune différence entre la stratégie du face à face entre deux bretteurs et celle de deux armées. De fait, l'armée Pour être efficace doit fonctionner comme un corps où les mains ne feront pas la même chose que les pieds. Chaque partie du corps fonctionne ainsi de manière coordonnée, fonctionnelle, logique, tactique, stratégique. On retrouve ce fonctionnement dans cet exemple très simple de coordination d'une « attaque » : une personne malintentionnée retient mon attention ce qui permet à un comparse de venir m'attaquer par derrière.

Une conscience de groupe

Si l'uke se doit d'effacer son intention, d'être sensible, libre et organisé dans le but d'atteindre efficacement Tori, un groupe, fonctionnant comme un corps doit donc avoir le même type de fonctionnement. Cela implique, soit qu'ils se sont préalablement répartis leur rôle (mais ce serait déjà s'enfermer dans la forme), soit qu'un chef répartisse les rôles au début (mais on est toujours dans l'enfermement dans la forme), soit, et c'est beaucoup plus intéressant, chacun trouve spontanément sa place et son rôle dans l'instant de la situation.

Cela passe bien entendu par awase - awase entre eux et awase avec la situation - et disponibilité, écoute, esprit d'initiative, capacité à effacer son ego etc.... permettent à chacun d'entrer spontanément dans leur rôle respectif. Voilà en tout cas des aptitudes synergiques que nous explorons notamment en musique dans nos ateliers d'improvisation collective : les compétences qui s'y développent sont très similaires à celles du Budo.

Enter the dragon

Hino senseï explique qu'on ne peut s'en remettre ni au hasard, ni aux "tripes" - et pourrait-on ajouter ni aux capacités athlétiques - et qu'il faut s'appuyer sur des compétences effectives, des principes fonctionnels, des jujitsus. Avoir affaire à un partenaire sensible et déterminé augmente le niveau d'exigence. Quand de tels partenaires sont plusieurs et organisés, est-il encore possible de faire face à un tel dragon ? Il paraît toutefois clair que ni le hasard, ni les tripes, ni les capacités athlétiques ne nous aideront.

Mettre la barre toujours plus haut permet d'ouvrir les perspectives de la pratique et de voir combien il est nécessaire de travailler à la maîtrise de principes fondamentaux comme -awase, musubi, Irimi, atemi et de déployer toute son ingéniosité à trouver des solutions à ces problématiques qui semblent insurmontables.

Notes :

1 Une telle concentration rend tout bavardage impossible ! Au rebours, tout bavard n'est pas en attitude de pratique efficace....

2 Voir l'article Yin/Yang de Henri Kono sensei, à ce sujet

3 Un pratiquant est venu me remercier un jour, parce qu'il attribuait sa réussite au shodan à la réflexion que je lui avais faite lors d'une préparation dan : « *L'Aïkido c'est, je vous en prie, après vous* » !

4 A ce sujet Maître Tamura disait : « *Si tu ne sais pas tuer, tu ne sauras pas sauver une vie* »