Le Ma-Aï 間合

La traduction de base serait « intervalle », dans notre conception occidentale . Pour l'espace, on parlera de **distance**, mais on doit prendre aussi en compte la **dimension temporelle**, c'est-à-dire le

temps qu'il faut pour parcourir cet espace.

Dans la pratique de l'art martial, on doit donc comprendre l'espace entre deux adversaires **vu de l'extérieur** ; en « cours », on parlera de « distance d'engagement ». On ne peut cependant se satisfaire de cette approche; un peu de pratique nous fait ressentir immédiatement que cette distance d'engagement n'est pas la même pour les deux protagonistes ; si on ne prend en compte que la morphologie humaine, la « distance de sécurité » ne sera pas la même selon que mon interlocuteur est grand ou petit, vif ou lent... A cela, dans la pratique martiale, vient s'ajouter le niveau de maîtrise de chacun. On voit donc que le Ma-Aï est un concept complexe, impliquant des dimensions physiques, temporelles mais aussi psychologiques.

En apprentissage, on insistera d'abord sur la **notion de distance** pour permettre à « l'élève » d'avoir un référentiel facile à intégrer; au fur et à mesure de son évolution le pratiquant ajoutera à la **dimension temporelle** celle de **son ressenti**. C'est ce que l'on propose souvent en montrant la position exacte depuis laquelle un adversaire peut atteindre l'autre par un Atemi. Durant la pratique, il est nécessaire de maintenir le Ma-Aï tout en empêchant le partenaire de le faire⁽⁷⁾ , on dit souvent que Tori doit conserver son Ma-Aï alors que Aïte cherche à le retrouver. Pour aller un peu plus loin dans l'analyse du Ma-Aï, revenons à l'écriture des deux Kanji qui le composent.

- « Ma » 間 qui signifie « distance, intervalle, entre, interstice, espace » est représenté par une porte à deux battants, avec au centre la lune ou le soleil. L'entrebâillement entre les battants symbolise cet espace; il ne faut pas oublier que c'est Tori qui maîtrise cette porte... On peut interpréter ce Kanji en disant qu'en jouant sur l'ouverture de la porte, Tori laisse une ouverture à son partenaire comme dans la vie courante où notre attitude montre notre ouverture à autrui, avenant ou méfiant.
- « Aï » 合 signifie « union, réunion, harmonie ». Allié à Ma, ce 合 Kanji « Aï » indique que les deux partenaires sont liés par le « Ma » ; le Ma-Aï, va varier en fonction de **l'harmonie entre eux**. De la maîtrise et du jugement du Ma-Aï dépendra la réussite de l'exécution complète de la technique. Il ne faut pas faire l'erreur d'associer le Ma-Aï à la position que l'on prend en face de

*l'adversaire : le **Ma-Aï** change constamment dans les relations d'attaque et de défense, en fonction de l'environnement, sol sur lequel on se trouve par exemple, de l'espace disponible, de l'usage d'une arme, du nombre d'attaquants. Cette notion est liée à la perception de chacun, à son expérience et à son niveau de pratique, à son état d'esprit ou à son état de santé. La confiance en soi, l'habitude peuvent altérer cette notion : on le voit très bien en passage de grade : un enchaînement trop rapide des techniques altère la maîtrise du Ma-Aï.*

En Aïkido, la technique va donc découler du Ma-Aï et, selon le contexte, telle ou telle technique sera pertinente ou pas. La forme d'attaque va permettre au pratiquant de remettre en cause sa perception du Ma-ai, de même la reproduction d'une technique avec et sans arme fera percevoir la variabilité de la notion pour une situation sensiblement identique. Sur une attaque au Tanto, la distance d'Aïte change peu, mais la notion de danger va faire évoluer la compréhension du Ma-Aï; il en est de même pour l'attitude de Uke (agressive, amicale).

Maître UESHIBA disait : « Dire que je vais travailler Ikkyo ou Shi Ho Nage est une véritable rupture avec le sens de la pratique de l'Aïkido où la technique doit naître du Ma-ai au moment de l'attaque et engendrer le déplacement adéquat ».

(²)

*Cette citation montre que le **Ma-Aï** est une notion primordiale dans notre pratique. Sa perception marque profondément celle de l'Aïkido. De notre travail sur le Ma-Aï découlera notre évolution.*

J'espère que vous avez perçu que l'étude du Ma-Aï influence aussi votre vie quotidienne dans votre relation à l'autre.

Bon travail à tous et à très bientôt sur les tatamis.

*Didier ALLOUIS Shihan, Président du Département Technique, CEN 7e Dan
publié dans SESERAGI n°61 d'octobre 2017*

Notes

1- Voilà pour quelle raison j'insiste tant sur la nécessité de se déplacer !

2- Si l'intention est d'attraper, de faire une technique, de passer un grade.....

Il n'y a plus de spontanéité, ce n'est plus de l'Aïkido.....»

Tamura Sensei